看中國 VISION TIMES

第 1061 期 | 2026 年 6 月 26 日—7 月 2 日 | 丙午年五月十二至五月十八 | 每週五出版 | www.kanzhongguo.com | www.visiontimes.com | 電子報：pdf.secretchina.com | 50¢

A3 英相辭職 繼任聚焦「北方之王」

C6 北歐預言家：揭開人類被降維的歷史！

世界盃18球 梅西再創紀錄

梅西稱霸射手榜 中國球迷難見全貌 央視報導態度反復

◆記者金言綜合報導

阿根廷球星利昂內爾·梅西在2026年美加墨世界盃小組賽對陣奧地利的比賽中打進兩球，個人世界盃進球總數達到18球，超越德國射手克洛澤保持的16球紀錄，成為世界盃歷史進球最多的球員。然而，中國的球迷卻難以看見這位全球矚目的巨星精彩表現的全貌。

FRANCOIS NEL/GETTY IMAGES

▲6月22日，在2026年世界盃J組阿根廷對奧地利的比賽中，阿根廷隊梅西攻入球隊第二球。

帽子戲法追平 再戰封神

北京時間 6 月 17 日，阿根廷在 J 組首場小組賽對陣阿爾及利亞。比賽第 17 分鐘，梅西接隊友德保羅傳球，禁區前沿遠射直掛球門右上角；第 60 分鐘，他機敏跟進補射入網；第 76 分鐘，再度以一記遠射完成帽子戲法。三球過後，梅西世界盃生涯進球達16球，追平克洛澤紀錄。

六天後的 6 月 22 日，梅西在對陣奧地利的第二場小組賽中連下兩城，以第 17 和第 18 球正式打破紀錄，獨占世界盃歷史射手王寶座。這也是他個人第六屆世界盃征程，距 2006 年德國世界盃首球整整 20 年。

賽後，梅西對媒體表示，進球數字只是統計，能和克洛澤這樣的傳奇並列本身就是榮耀，「說到底，這些都只是統計數據而已。」

阿根廷隊友德保羅則透露，「梅西甚至不知道他已經打破了大多數紀錄，他並不追求個人紀錄，但結果就是他把大部分紀錄都拿下了。」

央視先讚後刪

本屆世界盃期間，央視對梅西的報導態度出現耐人尋味的反復。6 月 17 日梅西完成帽子戲法後，央視新聞社媒帳號曾發文稱「梅西上演帽子戲法，梅西追平 16 球世界盃紀錄」，央視體育帳號更發文稱讚：「說梅西封神……以 38 歲 357 天的年紀，成為世界盃歷史上上演帽子戲法最年長的球員。」

然而，僅僅一天後的 6 月 18 日，上述內容卻遭到大規模清除。有球迷發現，央視旗下各大社媒帳號此前發布的梅西相關內容大幅消失。

經多方查證，以央視體育帳號為例，搜索「梅西」，最新一條僅為 6 月 10 日的揭幕戰預告，與梅西沒有直接關係；再往前則是 2025 年 8 月一篇主題為皇馬主場伯納烏的內容，同樣與梅西無關。

央視新聞關於梅西的最近報導，亦停在 6 月 11 日世界盃開幕預熱內容。央視迄今未就此事做出任何回應。

與此同時，網絡上流傳一則爆料，稱央視曾於晚間 11 時許發出部門緊急通知，針對梅西要求「比賽特寫要切走，不給特寫，給全景沒問題，他本來就有輿情，審查的時候就提醒過風險」。上述爆料目前未獲任何證實，央視亦未回應，真實性尚待核實。值得注意的是，新華社、《人民日報》等央媒對梅西的圖文報導在同期依然正常存在，與央視社媒的處理方式形成落差。

事實上，中國境內的梅西相關畫面處理早有前例可循。有媒體觀察人士注意到，央視體育頻道《天下足球》節目片頭中，梅西在 2022 年卡塔爾世界盃高舉大力神杯的畫面已被替換，改為德國前隊長拉姆的捧杯鏡頭。此前在央視天氣預報版面出現的梅西酒類代言廣告，亦同步消失。

有分析指出，央視的一系列動作，折射出官方媒體對梅西報導態度的轉變，儘管從未有過正式的封殺公告，但梅西在中國最具影響力平臺上的「曝光」度，已出現實質性收窄。

香港表演賽風波

梅西在中國的處境，可追溯至 2024 年 2 月一場香港表演賽引發的連鎖反應。

當月，梅西所在的美國球會邁阿密國際赴亞洲進行商業巡迴。2 月 4 日，邁阿密國際在香港進行表演賽，梅西全場以傷病為由沒有上陣，全場觀眾未見球王身影。然而三天後，梅西卻在日本的比賽中以替補身分上場。

這一對比在中國大陸及香港社交媒體上迅速引發強烈反應。香港特區行政長官李家超公開表示「極度失望」。

中共官媒隨後介入。《環球時報》發表社評，指梅西及邁阿密國際的做法「不排除有政治動機，有外部勢力故意要借此讓香港難堪」。此後，以「梅西辱華」為核心論點的流量文章在微信公眾號及微博上大規模傳播，多篇文章閱讀量突破 10 萬。

蒙牛乳業其後在微博撤下梅西相關代言海報；赤水河酒品牌直播間遭網民留言「洗版」，有網友表示若不解約將予以抵制。

在政府層面，杭州市體育局於 2 月 9 日宣布，原定 3 月舉行的阿根廷國家隊杭州賽事取消，聲明稱「該賽事舉辦條件不成熟」，北京方面亦隨即表示沒有梅西相關賽事計畫。

梅西其後在微博錄製視頻，聲稱缺席純因傷病，「與政治原因或其他原因無關，這些都不是真的」，並向中國球迷送上問候。香港特區政府表示，寄望邁阿密國際能就梅西在港未能出賽一事做出更合理解釋。

梅西事件發酵的更深層背景，是 2019 年香港爆發「反送中」示威期間，梅西被指曾以某種形式對示威者表達同情，刺激到中共當局的敏感神經。

前人權律師揭中共司法黑幕

整版圖片：李雙德提供

【看中國記者肖然採訪報導】曾在中國大陸從事人權法律工作逾二十年，如今流亡美國的李雙德，近日接受了《看中國》獨家採訪。他口述的是一段關於司法淪陷、良知堅守與被迫出走的歷史。

▲「六四」親歷者李雙德參加美國華盛頓「六四」37週年紀念活動。

學法律 一篇報導改變一生

李雙德最初的理想是做記者，「用自己的筆喚起民眾的法治意識」。1992 年，他第二次參加高考，原本報考的是中文專業。然而，在備考期間，他在青羊區圖書館偶然讀到了一篇關於民事維權的報導：一名文盲農婦因在廁所裡隨手撕下一張「擁護華國鋒」的大字報，被以「反革命罪」判處死刑並執行槍決。若干年後，一位律師發現此案，主動聯繫家屬、推動法院改判，終於為其昭雪。

「我認為那個律師的工作是非常偉大的。」李雙德因此改學法律，1995 年畢業後進入四川縱橫律師事務所擔任律師助理。

被系統打壓的維權律師案

入職不久，李雙德先後代理了兩起引發社會關注的案件。一是「廣東陽江 11．9 四川民工維權案」；二是川棉廠女工周杰訴成都市勞動教養委員會、成都市成華區公安局一案。

案件的緣由是周杰深夜下班途中遭警察無故抓扣，在被誘騙、毆打後被迫在筆錄上簽字承認「賣淫」，隨即遭勞教 18 個月。李雙德為其進行法醫鑒定，證明當事人為處女，並據此向錦江區法院提訴公安局。然而，法院拒絕受理。

他轉而向媒體披露案情，引發巨大輿論反響。成都市公安局無奈最終出面，補發了周杰被拖欠的工資，並給予其經濟補償。然而，他贏了官司也付出了代價：四川省司法廳以他是「刺頭」為由，向縱橫律師事務所施壓，將其辭退。

1998 年，李雙德於考取《四川省基層法律服務工作者資格證》，進入成都市青羊區司法局法律服務所工作；2001 年考取全國資格證書後，調入成都市武侯區司法局，先後擔任建盛法律服務所及蜀漢法律服務所主任。

政法委紅頭文件決定刑期

2009 年，成都數十名網民因不滿市中級人民法院一份「自誇」工作報告，於 2 月 23 日聚集法院門口抗議，以鐵鏈將自己鎖在大門上，史稱「鏈子門事件」。公安隨後抓捕三十餘人，其中十人被判刑。

李雙德為被告之一幸清賢擔任辯護人。他在辯護過程中，無意間在法院卷宗裡發現了一份紅頭文件，是由時任中央政法委書記周永康簽發的，其中逐一寫明了各被告的「建議判刑年限」。這一發現，令他對中共司法體制的最後一絲幻想徹底破滅。

法輪功案 無勝訴也要起訴

2014 年，李雙德在成都創辦「華夏地區人權記錄」，專門為政治異議人員、法輪功學員、訪民及其他弱勢群體提供免費法律援助。自 2008 年起，他已陸續接觸法輪功相關案件逾四、五十人，橫跨成都、重慶、綿陽等地，提供法律諮詢、撰寫訴狀，並向當事人傳授在審訊中如何自我保護的實用知識。

他離開中國前代理的最後一個法輪功案件是：「郭利蓉訴四川省成都市中級人民法院國家賠償案」。郭利蓉是成都彩虹城的一名女工程師，因與其他法輪功學員在家中學法、煉功，被社區監視人員舉報，隨後遭警察上門抓捕。郭利蓉一審被成華區法院判處 18 個月，郭不服上訴。而上訴期間刑期已滿的情況下，中級法院又對她實施了 20 天「監視居住」之後，才下達維持原判的裁定。

按中國法律，監視居住 2 天折抵刑期 1 天，20 天監視居住可折抵 10 天刑期。而這超出部分，是在已判刑期之外的額外羈押，屬於非法拘禁，依法應獲國家賠償。李雙德代其向成都市中級人民法院提出賠償申請，被拒絕受理；轉而向四川省高級人民法院提起國家賠償訴訟，同樣被拒絕受理。郭利蓉的維權就此宣告失敗。

李雙德直言，這並非個案，而是制度性安排：在「民告官」的行政訴訟中，中國法院的慣常做法是：凡依法律事實政府應當敗訴的案件，法院一概不予受理；只有政府必然勝訴的案件，法院才會立案。

「打不贏也要打，目的只有一個 —— 控訴，表明你不服。」李雙德如此解釋他堅持起訴的意義。

迫害機制610與綜治委

李雙德詳細介紹了中共迫害法輪功的制度性工具。1999 年 6 月 10 日，專門針對法輪功成立的「610 辦公室」正式運作，是一個遊離於法律之外的「法外機構」。此後，該機構被「中央社會治安綜合治理委員會」（綜治委）取代，但其本質功能未變，並將打壓範圍延伸至家庭教會等其他宗教群體。

「只要是民眾一旦抱團，中共感到政權受到威脅，他們就要進行打壓。」他說，法輪功因有信仰、有理論、有精神領袖，被視為威脅，遭到「名譽上抹黑、經濟上搞垮、肉體上消滅」三重打壓。普通民眾在長期宣傳洗腦下對法輪功充滿誤解，甚至主動充當監視和舉報工具，過了深夜 12 點燈光未熄，鄰居便會向社區幹部舉報。

對於活摘器官問題，李雙德表示，這一殘暴行為除政治迫害動機外，還存在明確的經濟利益鏈，目的之一也是恐嚇更多學員放棄修煉。他指出，活摘行為已從法輪功學員群體蔓延至維吾爾族、家庭教會信徒乃至普通未成年人。

一家三口被焊 活活餓死

促使李雙德最終決定出走的原因，是兩重壓力的疊加。

其一，是 3 年新冠「清零」管控期間，他親眼目睹的人間慘劇：鄰居一家被社區幹部認定為「高風險」，大門遭電焊槍焊死，10 多天後被打開時，一家三口已活活餓死。執行者以「奉命行事」為由，未受任何追究。「這件事情給我帶來的觸動是非常大的。」他說。

其二，是接連被波及的政治風險。成都市公安局認定他參與策劃了馬青女士、四川金契律師事務所主任冉國勇先生和律師盧思位的出逃事件。李雙德承認，他確實參與策劃了馬青和冉國勇的出逃；但盧思位一案，他是無意中捲入：當時他只是途經昆明，事後才得知盧已出境，且盧的手機被朋友持有以擾亂追蹤。然而三人手機信號在昆明重合，成為公安認定他參與其中的「證據」。他在派出所以「手機信號重合不等於共謀」為由當場反駁，才得以脫身，但隨即意識到留下去只會是死路一條。

2023 年國慶假期，他以「赴紅色景點旅遊」為由迷惑監控人員，隨後悄然關機，再輾轉多個城市出境，成功出逃到美國。

臨行前，他曾試圖赴北京探望 1989 年曾救過他的恩人石雲慶。當年「六四」，子彈打中李雙德左大腿，是石雲慶將他背到醫院、並在家中為他養傷。然而他剛到北京公主墳一帶，便遭公安截獲：其身分證已被標註，禁止進京及進入少數民族地區。他至今因未能當面向救命恩人道別感到遺憾。

留海外 等待中共倒臺那天

目前，李雙德在美國上學，準備報考美國移民法資質證書，從事法律服務工作。他創立的「華夏地區人權記錄」機構在國內仍有團隊持續運轉，繼續為法輪功學員、政治異議人員和訪民提供免費法律援助。

對於中共的本質，李雙德有著源自親身經歷的深刻判斷。他的認識，最初成形於 1989 年的「六四」事件。那一年，他在北京木樨地被流彈打傷。一顆子彈打中他的左大腿，若不是北京市民石雲慶將他背到醫院、悉心照料，他或許已不在人世。正是這段經歷，讓他在血與火中看清了這個政權真實的面目，也在此後漫長的維權歲月中不斷得到印證。

「中華人民共和國只是中共進行獨裁統治的工具。」他說，「不管是法院、公安機關、檢察院，還是監獄、軍隊，都屬於中共手中的統治工具。」

在他看來，中共從未通過選票取得政權，而是靠暴力奪權，自然也只能靠暴力維持統治。這一邏輯，貫穿了他從周杰案到郭利蓉案，從鏈子門事件到 3 年清零管控的全部親歷事件。

他尤為痛心的是，許多普通中國人面對他人苦難時的冷漠，「認為那苦難是別人的，不是自己的」，直到苦難降臨到自己頭上，才幡然醒悟。他認為，這種冷漠正是中共長期洗腦的結果；而 3 年新冠清零政策讓每一個中國人都付出了代價，恰恰說明，對任何群體的迫害，最終都會蔓延至所有人。

對於中共的未來，他態度篤定：習近平的政治使命是武統臺灣，而這一行動必然遭到國際社會的強烈反對。一旦武統失敗，中共政權將隨之崩潰。他預判，屆時西藏、新疆、蒙古或將相繼走向獨立，中國大陸才有可能在新的政治框架下實現民主憲政，歷史上無數冤假錯案方能得到平反昭雪。

「只有中共被推翻，新的國家建立，才有可能平反冤案。要結束中國大陸的苦難，只能建立新的國家。」這是他做了 20 餘年維權律師後，最深切的結論。

而他個人最樸素的心願，是等到能夠合法回到中國的那一天，去找到當年救他一命的石雲慶，親口道一聲感謝。

▲2025年6月4日，李雙德（前右）參與美國國會主辦的「六四」36週年紀念活動。

創建於1984
服務僑胞為宗旨
ABACUS
FEDERAL SAVINGS BANK
國寶銀行
Deposits
FDIC-Insured
存款有各種方式 定期活期由您選
貸款有多種方案 配合顧客的要求
國寶辦事肯變通 存款貸款好輕鬆
212-285-4770 | WWW.ABACUSBANK.COM
Member FDIC
包厘總行 Bowery Branch 6 Bowery New York NY 10013
布碌崙分行 Brooklyn Branch 4824 8th Ave. Brooklyn NY 11220
法拉盛分行 Flushing Branch 36-30 Main St. Flushing NY 11354
新澤西分行 Edison Branch 869 US Highway 1 Edison NJ 08817
費城分行 PA Branch 147 North 10th St. Philadelphia PA 19107
EQUAL HOUSING LENDER

英相辭職 繼任聚焦「北方之王」

【看中國記者萬厚德綜合報導】英國首相基爾．斯塔默（Keir Starmer）6月22日，於唐寧街10號官邸前宣布辭去工黨黨魁及首相職務，爲其不足2年的短暫執政畫下句點，這使他成爲英國歷史上任期最短的工黨首相。此一政壇大地震，不僅終結了斯塔默政府，也推動了有「北方之王」稱號的前大曼徹斯特市長安迪．伯納姆（Andy Burnham），重返威斯敏斯特的核心舞臺。伯納姆在剛落幕的關鍵國會補選中高票勝出，並在潛在對手宣布放棄角逐後，幾乎篤定成爲新任工黨領袖與新一任英國首相。

PHOTO BY RYAN JENKINSON/GETTY IMAGES

▲有「北方之王」稱號的前大曼徹斯特市長安迪．伯納姆幾乎篤定成爲新任工黨領袖與新一任英國首相。

經濟結構沉疴與內政危機

斯塔默政府的迅速崩解，絕非單一偶發事件所致，而是近年來英國多重深層危機交織下的必然結果。從遠期因素來看，脫歐遺留的體制性後遺症、財政紀律與增稅引發的社會反彈，以及公共服務系統的系統性崩潰，共同構成了其政權垮臺的長期結構性背景。

脫歐後遺症與經濟成長停滯的先天不良：自2016年英國脫歐公投以來，社會政治結構遭遇嚴重撕裂。脫歐並未爲英國迎來預期中的「黃金時代」，反而帶來了貿易障礙、嚴重的勞動力短缺，以及鉅額的制度重構成本。長期以來，英國經濟持續處於低增長、高通脹的滯脹邊緣。斯塔默承接了這長達十餘年保守黨執政留下的爛攤子，卻無法在短期內扭轉由脫歐導致的結構性生產力衰退，導致選民的失望情緒與日俱增。

財政赤字高築與「增稅」的致命反噬：工黨在2024年勝選上臺時，曾信誓旦旦承諾將嚴守「財政紀律」，然而現實中英國的財政赤字率始終居高不下（維持在GDP的4%以上），政府債務占GDP比重更突破了100%的大關。2025年秋季預算案中，財政大臣瑞秋．里夫斯（Rachel Reeves）宣布實施高達400億英鎊的增稅計畫，其中主要通過提高雇主國民保險繳款來填補財政黑洞。此舉直接觸怒了商界與廣大中小企業，被批評爲破壞經濟復甦，成爲斯塔默民意支持率驟降、民怨沸騰的致命長期導火線。

公共服務與社會體制的系統性崩潰：英國國家醫療服務體系（NHS）的漫長等待名單、地方政府接連宣告破產、公共交通網絡的混亂，以及住房危機，都是折磨英國民眾已久的內政頑疾。斯塔默政府未能如承諾般帶來「迅速且有感的改變」，反而讓民眾感到公共服務持續惡化，工黨的基本盤選民因此產生嚴重的政治幻滅感。

地方選舉慘敗與黨內逼宮

相較於結構性的長期包袱，導致斯塔默在6月猛然止步的近因，則充滿了選舉失利、外交人事醜聞，以及黨內敵對勢力精準逼宮的政治角力。

地方選舉慘敗的民意海嘯：在5月舉行的地方選舉中，執政的工黨遭遇歷史性的民意重挫，失去了超過1000個地方議會席位。這場慘敗被輿論和黨內普遍視爲選民對斯塔默執政兩年表現的直接否定。選舉結果出爐後，大量工黨國會議員（MPs）出於對自身政治前途的強烈恐懼，紛紛致信要求斯塔默下臺，黨內團結徹底瓦解。

外交人事醜聞與誠信危機：在外交層面，斯塔默於2025年執意任命捲入美國淫媒愛潑斯坦（Jeffrey Epstein）性侵案且充滿爭議的黨內大佬彼得．曼德森（Peter Mandelson）出任英國駐美 ambassadors，此決策在近幾個月來引發了一連串毀滅性的爆料與爭議。這場外交人事風暴，不僅重創了斯塔默強調「專業與政治廉潔」的個人形象，更拉低了工黨的民調支持度，給了黨內反對派極佳的施壓藉口。

伯納姆補選勝出的關鍵一擊：斯塔默之所以能從5月地方選舉慘敗後勉強撐到6月，是因爲當時工黨更換黨魁需要面臨國會議員聯署門檻，且多數議員忌憚倉促換帥會拖累下次大選。更重要的是，當時黨內最具聲望的挑戰者安迪．伯納姆尚不具備下議院議員身分，無法合法挑戰黨魁。然而，6月19日，伯納姆在西北英格蘭梅克菲爾德（Makerfield）選區的關鍵國會補選中，以近55%的壓倒性得票率大勝，擊敗強敵英國改革黨（Reform UK）。伯納姆成功取得下議院議員席位，正式補齊了逼宮的最後一塊合法拼圖。在面對黨內團結潰散與對手強勢回歸的雙重夾擊下，斯塔默自知大勢已去，最終選擇體面請辭。

後繼聚焦：北方之王

隨著斯塔默的黯然下臺，英國政壇的焦點全面聚焦在安迪．伯納姆身上。這位被英國媒體與大眾譽爲「北方之王」（King of the North）的政治家，擁有極爲完整且獨特的政治履歷。

伯納姆出生於1970年，畢業於劍橋大學。他在2001年便首次當選爲國會議員，並在布朗（Gordon Brown）工黨執政時期嶄露頭角，曾先後擔任文化大臣和衛生大臣等要職。在當年的倫敦政治核心圈中，他累積了深厚的中央立法與行政管理經驗。

2017年，伯納姆選擇離開威斯敏斯特，轉戰並成功當選爲首任大曼徹斯特市長，並連續執政至2026年。在擔任市長的9年期間，他跳脫了倫敦菁英政治的窠臼，將自己形塑爲英國北部工人階級與地方利益的代言人。特別是在COVID-19疫情期間，他爲了保障地方經濟與勞工權益，多次公開與倫敦中央政府（當時爲保守黨執政）進行強硬的財政博弈。這種敢於爲地方發聲的形象，使他在英格蘭中北部地區贏得了極高的民望與跨黨派支持，並因此博得「北方之王」的封號。

伯納姆過去曾於2010年和2015年兩度角逐工黨黨魁，但均以失敗告終。2015年更慘敗給極左派的科爾賓（Jeremy Corbyn）。然而，這兩次失敗並未終結他的政治生命，反而促使他前往地方深耕。6月，他以國會補選大勝的姿態強勢回歸倫敦，在昔日主要對手、前衛生大臣韋斯．斯特里廷（Wes Streeting）公開宣布棄選，並表達全力支持後，伯納姆已形同提前鎖定首相大位。

親民魅力與跨階級號召

伯納姆之所以能在此次風暴中被全黨奉爲「救世主」，並在極短時間內凝聚起強大的政治共識，主要得益於他獨特的個人魅力與經過地方檢驗的施政路線。

有別於斯塔默技術官僚式的冷酷與嚴肅，伯納姆以親和力、真誠的溝通風格著稱。他擅長使用大眾語言與基層民眾對話，能夠在普遍對政治感到冷漠和憤怒的英國社會中，重新建立起選民對政府的信任，具有強大的群眾魅力與親民形象。

2019年工黨大敗，主因是中北部的傳統工人階級選區（紅牆）倒向保守黨，斯塔默2024年雖因保守黨崩盤而大勝，但並未真正穩固這群選民。伯納姆作爲「北方之王」，在紅牆選區擁有無可比擬的號召力，能有效遏制右翼英國改革黨的蠶食，成爲修補工黨分裂的「紅牆」黏著劑。

在大曼徹斯特市長任內，他成功整合了當地的公共交通系統（推出 Bee Network），並在解決街頭無家可歸者問題、推動地方分權（Devolution）上取得顯著政績。這些豐富的地方治理與政策亮點的實質治理成果，爲他提供了強而有力的政策背書。

伯納姆在意識形態上屬於工黨內部的軟左派（Soft Left）。他既不像科爾賓那樣激進，也不像斯塔默後期那樣過度向中間靠攏、顯得缺乏理想主義。這種光譜定位使他能夠同時獲得左翼基層與建制派議員的接受，提升了他在黨內派系的廣泛接受度。

伯納姆的親民特質與地方實績，使其在面對極右翼或民粹主義政黨的挑戰時，具備了比斯塔默更強的防禦與進攻能力。

財政鋼索與政策空白考驗

然而，接下首相這顆「燙手山芋」對伯納姆而言絕非坦途。從地方首長躍升爲大國領袖，他將立即面臨中央政治的嚴酷檢驗，其政治軟肋與未經測試的政策盲區，也將暴露無遺。

首先要面對的是，市場對其財政立場普遍存在著焦慮與懷疑。伯納姆在地方執政時，一向主張擴大公共支出、強化社會福利與加大基礎建設投資。隨著他可能入主唐寧街，國際投資者和金融市場最擔心的，便是他是否會放鬆斯塔默政府先前確立的嚴格財政規則。在英國目前債務高築、財政脆弱的背景下，任何擴大發債、放寬支出的政策信號，都可能遭到英國債券市場的冷遇，進而引發英鎊貶值與新一輪的金融動盪。如何平衡「選民對改善公共服務的期盼」與「金融市場對財政紀律的嚴苛要求」，是他的最大考驗。

此外，伯納姆在外交與國防領域的經驗可說是一片空白。雖然伯納姆曾擔任過內閣大臣，但其過去的政策核心全然集中於內政、衛生、文化與地方發展。在當前極其動盪的國際地緣政治環境中，伯納姆在外交政策、跨國同盟協調、全球貿易談判，及國防安全（如應對歐洲安全局勢與大國博弈）等重大領域，幾乎沒有對外展現過系統性的戰略思維，其智囊團隊在這些領域的政策論述也相對蒼白。

而倉促的權力交接與政策準備上的不足，恐讓新政府陷於初期的陣痛。由於斯塔默在面臨逼宮後迅速敲定了極爲緊湊的交接時間表，若工黨內部最終無人出面挑戰，伯納姆最快可能在7月中旬便直接宣誓就任首相。伯納姆的幕僚團隊坦言，他們原本預期要到9月國會復會時才接班，因此在住房、交通等內政領域雖有準備，但在能源、福利改革，以及國防等全國性重大政策上，根本還來不及拼湊出一個完整的治國方針。這種「趕鴨子上架」的倉促組閣，極可能讓新政府在執政初期陷入政策混亂。

基爾．斯塔默的請辭，再度證實了脫歐後英國政治高度碎片化，與內耗的「六年五相」怪圈仍在持續。英國選民與工黨內部的耐心已降至歷史冰點，任何無法在短期內改善生活水準的領袖，都會被迅速拋棄。

安迪．伯納姆憑藉著地方治理的光環與卓越的民粹抗體，成爲了拯救工黨政府的唯一人選。但他即將面對的是一個財政捉襟見肘、公共服務千瘡百孔、外交地緣政治複雜的英國。他能否在「財政鋼索」上完美平衡，並迅速補齊外交短板，將決定他究竟是帶領英國走出脫歐陰霾的破局者，還是僅僅成爲英國政治消耗戰下的另一個匆匆過客。

整肅再升級 軍委名單難產

【看中國訊】中共二十一大召開前，黨內政治整肅持續升級。多方消息顯示，此輪調整帶有明顯「政治審查」色彩，是否對最高領導人「忠誠」，正取代治理能力，成為官員去留標準。

KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES

3月9日，中共軍方代表參加兩會。

美國《華爾街日報》近日撰文指出，習近平的反腐運動正從打擊貪腐轉向強化政治忠誠的清洗。該報查閱中共最高監察機構2013年至今年5月發布的九百四十多份處分通報後發現，清洗重點已由經濟犯罪、生活作風，轉向所謂「政治罪行」。報導引述統計，2025年中共執法部門處分人數近一百萬，創歷史新高，約為習近平執政初期的五倍。

報導還提到，近年對落馬官員的通報日益接近「政治批判書」，除貪腐指控外，更突出「對黨不忠」、「不落實中央指示」、「陽奉陰違」等表述。這一轉變可追溯至2014年前中央政法委書記周永康落馬，中共當時首次將「違反政治紀律」列為重要罪名，此後「對黨不忠」漸成官員被查的常見理由。

據中紀委網站信息，5月該機構公布八十四條審查調查信息，對象涵蓋中管幹部、中央黨政機關、國企及金融單位官員；6月起通報覆蓋巡視、金融、地方黨政、發改、住建及人大等系統。地方、政法、金融、國企與軍隊官員，既要應對反腐審查，也要面對政治表態審查。

媒體援引一位自稱辛姓、熟悉中共政情的人士說，近期官場整肅不斷加碼，已有官員考慮出國。他表示，當前自上而下排查個人情況，名為核對收入財產，實則查微信、微博言論與政治態度，重點是過去三年有無反對總書記連任的言論。

化名馮程的大陸歷史學者指出，地方官場正出現「集體避險」。他說，許多官員不願簽字、約見企業、處理歷史遺留問題；一旦所聯繫的領導出事，其關係會被長時間追查，官員間走動也明顯減少。

化名王語的知情人表示，本輪調整不同於尋常換屆，而是帶「政治審查」性質的重新洗牌。據其說法，部分官員因年齡退居二線，部分因被疑不忠卻缺乏證據而「全退」，還有人雖有「表忠言論」卻無「表忠行動」，被視為「不可靠」而出局。他並稱，最不穩定的是中共軍委系統，軍委的最後名單尚未確定。

軍隊人事是此輪整肅的焦點。1月24日，中共宣布軍委副主席張又俠、軍委聯合參謀部參謀長劉振立落馬，引發軍內震動。經持續清洗，軍委已由七人減至兩人，僅餘主席習近平與副主席張升民，中央軍委一度處於「基本癱瘓」狀態。

化名冉奇伍的體制內人士披露，軍委舊班底被「一鍋端」，若張又俠提拔的將領再被清除，恐致指揮系統運轉困難。他說，下半年軍委及各戰區司令、政委的部署，難點在於將領「忠誠度」考核，既要強化「黨指揮槍」，又難以單憑當前表現提拔新人，追查既往履歷則牽出更多問題。

化名陳建南的學者認為，二十一大前最值得觀察的，不是誰進入高層，而是誰被提前清除。他說，習近平正通過黨校、中組部與軍隊反腐三條線，重建只對其個人負責的人事體系；最快明年三月兩會前，人事或現初步框架，軍委組成是關鍵。

時評人李沐陽分析，習近平以「忠誠」為篩選標尺，反映其將個人安全置於首位，而真正可信之人難覓，致使諸多職位懸空，尤以軍職為甚。他認為，軍方人選正卡在「忠誠度」考核；這一公開化的僵局，恰說明軍中不忠乃至反對者並不在少數。

石泰峰隱身 內蒙舊部頻被查

【看中國訊】中共中央組織部部長石泰峰近期行蹤引發關注。據新華社報導，6月22日，全國政協主席王滬寧主持召開全國政協十四屆第五十二次主席會議，身兼中央政治局委員、排名首位的政協副主席石泰峰未出席，通稿亦未列其名。按慣例，此前政協主席會議多由其出席並單獨列名。

公開報導顯示，自6月16日主持全國黨建工作座談會後，至6月22日石泰峰再無公開活動記錄，已隱身約一週。今年1月、2月，他亦缺席省部級專題研討班、政協年度宏觀經濟形勢座談會等至少三場會議；而2024年、2025年的同類座談會均由他主持。

旅居歐洲的前內蒙古官員杜文6月在自媒體節目中稱，石泰峰在內蒙古鄂爾多斯伊金霍洛旗工業園區，有一處價值近百億元的新能源項目，由其外甥代持運作，目前已有數十億元資產被查封。他並稱，石泰峰主政內蒙古期間提拔的內蒙古工信廳副廳長華瑞鋒，是其在當地利益的「看門人」，2021年曾獲提拔為鄂爾多斯市委常委兼伊金霍洛旗委書記；與華瑞鋒同時被帶走的，還有石泰峰的外甥。杜文還稱，石泰峰原擬再提拔華瑞鋒出任鄂爾多斯市長，以便運作項目所需補貼，後因華遭舉報而擱置。據央視網援引內蒙古紀委監委消息，華瑞鋒已於6月2日因涉嫌嚴重違紀違法接受調查。

鄂爾多斯2025年地區生產總值逾六千億元，約占內蒙古1/4，人均居全國前列，為當地能源與財政重鎮。杜文認為，內蒙古已成為石泰峰與中央政治局常委趙樂際角力的主戰場，清查矛頭指向石泰峰本人。他提出兩種說法：一是石泰峰借扳倒前自治區主席王莉霞向趙樂際施壓；二是趙樂際為打擊石泰峰，捨棄由其本人一手提拔的王莉霞。王莉霞2025年8月落馬，6月3日被宣布逮捕、提起公訴。杜文還稱，此輪調查採取所謂「新型辦案模式」，政治問題由中紀委主導，經濟問題交內蒙古紀委辦理；據其說法，石泰峰曾以內蒙古地處邊疆、須保政治穩定為由，向中央政治局常委李希進言，希望查處「點到為止」。

石泰峰於2019年至2022年任內蒙古自治區黨委書記、人大常委會主任。據中紀委及內蒙古紀委監委通報，4月27日至6月3日的37天內，內蒙古有19名廳級官員密集落馬，包括呼倫貝爾市委書記王旺盛、自治區黨委政法委副書記房瑞、內蒙古電力集團董事長張海峰等。今年1月29日，內蒙古原黨委書記孫紹騁被查；杜文稱其落馬與「反腐力度不足」及家人在當地斂財有關。2025年9月新任黨委書記到任後，在中紀委督辦下已查處官員逾千人，公開通報的廳局級幹部逾五十人；杜文形容，當地官場人心惶惶，一度出現官員排隊向紀委自首、退贓的情形。

報導指，這些落馬者多為石泰峰主政內蒙古期間提拔重用的舊部。中共人事運作素來不透明，石泰峰仕途走向仍待觀察。

傳前武漢市長驚懼自殺

【看中國訊】原武漢市長、湖北省人大常委會副主任程用文已逾一個月未公開露面，引發關注。據《湖北日報》及湖北人大網報導，他最後一次公開出席會議為5月14日的省人大常委會主任會議；此後，5月27日至28日的省十四屆人大常委會第二十四次會議、6月15日的省人大常委會主任會議，他均缺席。在現任六名省人大常委會副主任中，6月15日會議僅他一人未出席；他還缺席了5月27日、6月9日的省人大常委會黨組會議。

程用文今年六十歲，仕途集中於湖北，先後任職省政府辦公廳、省財政廳、省政府副秘書長，並歷任武漢東湖新技術開發區黨工委書記、省發改委主任、武漢市委副書記，後接替辭職的周先旺出任武漢市市長。他曾任前湖北省長王曉東的秘書，多次隨其出席活動；2024年5月升任副省長後，又在王忠林任省長、省人大常委會主任期間先後擔任其副手；1月辭去副省長，轉任省人大常委會副主任。

其隱身正值湖北兩名相關高官變動。5月17日，前省長、全國政協常委王曉東因涉嫌嚴重違紀違法被查；5月30日，新華社稱關志鷗接任省委書記，王忠林不再擔任該職，雖然王忠林被稱是「另有任用」，但迄今未見新任命。

時評人蔣罔正在自媒體節目中稱，5月12日王曉東被查後，其前秘書程用文遭質詢，並於6月13日爆料程用文已自殺。該說法目前無法獨立核實。

若將三人時間線對照，程用文自5月15日起的隱身，正與王曉東被查、王忠林去職相重疊，被外界視為湖北官場人事震盪的延續。有X平臺網友逐一梳理程用文升遷軌跡，從省政府辦公廳、省財政廳、省政府副秘書長，到武漢市副市長、省發改委、武漢市市長、副省長，再到省人大常委會副主任，質疑這一在省直與武漢間來回打轉的路徑「多半都有問題」；亦有網友留言感嘆其「又把命賣給中共了」。

陳一新缺席國務院會議 消失兩週引猜測

【看中國訊】中共國家安全部部長陳一新近期行蹤受到關注。據新華社報導，6月15日，國務院第二十次專題學習由總理李強主持，各部委負責人幾乎悉數出席。X平臺博主「中國人事觀察」6月16日發帖稱，國安部由副部長馬萬騰代為出席，原因是部長陳一新缺席。

中共政法委官網有關陳一新的最新報導停留在6月9日，稱其「近日」在北京會見阿聯酋國家情報局主席扎赫里，未註明具體日期；此前6月4日報導稱其「近日」在甘肅、寧夏調研。據此推算，陳一新至少近兩週未公開露面，截至6月22日亦未見其6月15日的公開活動報導。

ETIENNE OLIVEAU/GETTY IMAGESS

兩會現場內的警衛人員

陳一新是習近平浙江舊部、「之江新軍」成員，曾在浙江直接服務於時任省委書記習近平；習上臺後，他歷任溫州、武漢市委書記及中央政法委秘書長，2022年10月出任國安部長。任內一改國安部低調作風，多次插手金融、外交等領域：2023年8月鼓動全民舉報間諜並設獎勵，同年就APEC、「經濟安全」等議題高調發文，2024年4月在《學習時報》提出反顛覆、反霸權、反分裂、反恐怖、反間諜的「新五反」，因令人聯想上世紀五、六十年代的「五反」運動而引發爭議，該文不久從官網下架。按慣例，國安部主理境外事務，陳一新卻將其變為國內活躍部門。2023年11月，國安部發文點名所謂「看空」、「做空」者「居心叵測」，被指越界干預本屬公安職責的領域；其鼓動全民抓間諜之舉，也引來「普通民眾無密可泄」的質疑。

2024年12月，化名安明的中共公安系統爆料人向《大紀元時報》稱，陳一新主導對海外法輪功團體及神韻的攻擊，意在將境外特務與經費收歸己手以擴張權力，國安系統內部對此多有不滿。該說法無法獨立核實。

時評人李軍在自媒體節目中分析，多數省部級官員出事往往以缺席重要會議為先兆，藉此對外「預告」。陳一新此前幾乎未缺席國務院會議，2月、4月的專題學習均出席，2025年6月還曾意外缺席國家安全法座談會。李軍認為，陳一新種種越界之舉意在討好習近平、謀求升任副國級以延長任期，按此邏輯不會主動缺席。

李軍並提到，陳一新與公安部長王小洪分屬不同派系，傳聞不睦，甚至互搜對方黑材料，而中央巡視組已進駐公安部。今年以來中紀委已查處逾三十名省部級官員，下一名「老虎」是王小洪還是陳一新，外界尚難判斷。此外，5月30日湖北省委書記王忠林被免，稱「另有任用」，有傳言指其或接替陳一新。

不容許中共定義我們是誰

【看中國記者李淨瑤綜合報導】中華民國副總統蕭美琴日前接受海外華人媒體之《美國思想領袖》（American Thought Leaders）節目主持人楊・耶凱利克（Jan Jekielek）專訪。。

臺灣總統府

中華民國副總統蕭美琴接受《美國思想領袖》（American Thought Leaders）節目主持人Jan Jekielek專訪。

中華民國總統府6月24日發布新聞稿指出，副總統接受專訪，針對兩岸關係、臺美關係、國防安全、產業經濟發展、全社會防衛韌性、臺灣的外交方針，以及對臺灣未來的展望等議題進行回應。

建立防禦機制至關重要

蕭美琴表示，因為母親是美國北卡羅萊納州人，在兼具臺灣與美國雙重文化背景的成長過程，她一直將成為臺美的橋梁視為終身責任與使命。雖然始料未及成外交官，並在國際關係領域承擔此角色，這對她的人生旅程深具意義。

被問及有關國安局開設「中國民眾聯繫窗口」議題，蕭美琴回應，她不談論情報運作，但這件事更宏觀的背景，在於中國近期發生一些「被失蹤」事件，受害者包括臺商及在當地傳教的臺灣宗教領袖。

她說，此類失蹤、打壓及基本權利遭剝奪的情況，現在不只是中國公民要面對的困境，連造訪中國的外國旅客也面臨同樣風險。這也提醒大家法治、正當法律程序，以及維繫社會正常運作的基本權利是何等重要。

對於中國共產黨擅長運用「超限戰」理論，尤其是認知戰，臺灣是否也正積極提升自身認知戰能力。副總統說，臺灣多數時間處於防守的態勢，畢竟中國（共）的認知戰、心理戰、政治戰、法律戰，以及對臺灣內部社會與政治日益加劇的干預，已成為嚴峻的考驗。

蕭美琴表示，臺灣深知全球其他民主國家也同樣面臨類似挑戰，因此建立自身的防禦機制至關重要，特別是在AI時代，許多認知戰和錯假信息的擴散力都會被放大，如何找到合適的工具與技術保護並捍衛自己，顯得格外重要。

蕭美琴認為，對臺灣而言，最根本的關鍵還是在於自我認同與核心價值。因此堅持並彰顯法治、基本權利、對自由的信念，以及民主體制等價值都至關重要。在自我防衛的同時，也力求臺灣成為吸引區域內所有理念相近者願意前來交流合作的地方。

關於被中共列為「臺獨頑固分子」，及面對北京直接威脅的看法。副總統說，中國將她列為「臺獨頑固分子」，並以她與美國人合作為由實施制裁，這也是中國惱怒的另一個原因。

蕭美琴表示，絕不容許由中國共產黨定義「我們是誰」。這些手段無非是為了恐嚇及威脅，並企圖阻撓臺灣正在努力推動的工作。就她個人而言，就像許多同樣受制裁的人士一樣處之泰然。再者，這也不會阻止做必須做的事，包括保護國家、捍衛臺灣，並守護價值觀，同時與國際夥伴密切合作維護共同利益，亦即堅定維護區域和平與穩定，進而攜手促進繁榮。

她說，現在被列入制裁名單的人越來越多，但她在中國並沒有任何私人事業或商業利益，因此多數受制裁者都能坦然面對這些制裁。

法治與自由是經濟永續發展的關鍵

關於臺灣在傳統基金會（Heritage Foundation）公布之經濟自由度排名全球第五，同時是全球高階科技芯片製造最重要的樞紐，且正在拓展版圖，倘中共有意入侵臺灣，臺灣的製造能力與技術優勢將如何因應，以及如何防範知識產權外流。蕭美琴回應表示，感謝傳統基金會及其他機構，長期將臺灣視為經濟自由的堡壘，正是這樣的自由讓臺灣人民得以憑藉勤奮與創新，打造極具韌性的經濟體，其整體規模在過去一年成長超過8%，今年第一季的增幅更突破14%；當然這波成長部分受益於全球對AI及其他關鍵技術的強勁需求，但臺灣人民也強烈意識到，必須持續投資自身的經濟成長。與此同時，法治與自由更是長期維持經濟永續發展的關鍵，在此體制下，每位人民都是休戚與共的利害關係人，這也正是臺灣整體發展過程中不可或缺的一環。

蕭美琴指出，今天為強化臺灣實力所做的一切努力，都是為了阻止入侵，防止那種局面發生。因此我們壯大自身實力，深信唯有實力才能帶來和平，這是從歷史的痛苦教訓中得來；只要能防止任何軍事衝突發生，臺灣的和平及區域的安全與穩定就能維持，進而讓全球繁榮也得以延續，而這份繁榮，正是由臺灣在全球科技供應鏈扮演的關鍵角色所驅動。

蕭美琴進一步指出，臺灣已深植於AI與科技供應鏈的每一個環節，不僅對美國如此，對全世界亦然。現實情況是，全球市場對科技產能的需求極其龐大。因此像台積電這樣的臺灣半導體龍頭與芯片企業，正積極擴大全球布局，以滿足全球不斷增長的需求。

她說，台積電將美國、特別是亞利桑那州視為快速擴展的目標據點，這也促成美國歷史上規模最大的外國在美直接綠地投資案。臺灣不只在技術研發、推進AI與先進科技上與美國合作，更在美國投資建廠、落地製造，這是非常重要的貢獻，將在許多層面進一步深化雙方的夥伴關係。

「維持現狀」是最大公約數

關於臺灣已成為美國第四大貿易夥伴的看法，以及對美國是否有所期待。蕭美琴認為，臺灣與美國的夥伴關係，是當今全球最具關鍵影響力的夥伴關係之一。這段關係非常獨特，儘管雙方沒有正式外交關係，卻是極其強韌的夥伴關係，不僅獲得美國國會跨黨派的堅定支持，更歷經了數個世代與歷屆政府更迭的考驗；不僅挺過時間的考驗，更逐年深化、日益堅韌。

蕭美琴強調，臺美夥伴關係具有「安全」與「經貿關係」兩個層面。在安全層面，儘管面對瞬息萬變的地緣政治環境，及更具侵略性的中國（共），雙方夥伴關係依然有效維護臺灣海峽的和平與穩定，這是一段促進全球共同繁榮的夥伴關係，正如美國及全球許多國家一再強調臺海的和平與穩定，是全球繁榮不可或缺的一環。正是這項安全夥伴關係，讓彼此能共同維護現狀。

蕭美琴說，歸根究底，「維持現狀」是這個區域所有利害關係者之間的最大公約數。

助攻美再工業化與AI發展深化臺美關係

而在經貿關係方面，蕭美琴提到，對美國而言，「再工業化」及「AI領導地位」，是當前的首要任務，這正是臺灣做為合作夥伴可發揮實質作用的領域，期盼能持續深化臺美夥伴關係的基礎，讓這些理想得以實現；同時也讓臺灣人民和全球許多人一樣，都能生活在一個只要勤奮努力，終將獲得回報的環境中，進而藉此創造更大的繁榮，並與全球建立更深厚的夥伴關係。

蕭美琴也認為，雙方需要更多政策工具進一步推進商業與貿易夥伴關係。例如推動支持「避免雙重課稅」的相關立法。此外，她說，臺灣非常重視臺美經濟繁榮夥伴對話（EPPD），該架構始於第一任川普政府，並一路延續至今，為雙方提供持續進行戰略性經濟討論的平臺。在此架構下，供應鏈安全、能源安全，以及其他有助提升雙方經濟韌性的議題，都是非常重要的對話內容。

鳳梨釋迦技術外流

【看中國記者李淨瑤綜合報導】臺灣臺東縣長饒慶鈴以預錄影片方式參加「海峽論壇」，爭取鳳梨釋迦市場遭查處，引發熱烈討論。

中央社報導，陸委會表示請主管機關內政部進行瞭解與查處。內政部6月17日表示，預錄影片是否涉及臺灣地區與大陸地區人民關係條例第33條之1的「合作行為」，後續將依陸委會來函及行政程序法相關規定，辦理行政調查。

臺東釋迦合作社理事主席王志偉對中央社表示，「吵吵鬧鬧」對鳳梨釋迦並沒甚麼影響。他說，釋迦銷中國最大問題是中國課29%稅（20%關稅加上9%增值稅），「取消關稅才是最重大問題」。

民進黨籍立法委員陳瑩表示，尊重中央政府依法行政的立場，「海峽論壇」長期以來涉及兩岸政治議題，中央有其法規與政策考量，這些討論不應簡化成地方與中央的對立，更不應讓農民被迫站在政治衝突的第一線。

另外，知名農業粉專「農藝女孩看世界」指出，如今中國對臺灣農產品課29%關稅。不但如此，臺東官員與中國的「技術交流」也把種植鳳梨釋迦的技術全部外流。全國釋迦策略聯盟召集人王志偉受訪時透露，「目前中國廣西栽種的鳳梨釋迦面積逾6000公頃，已經是臺灣的2倍多，雲南則是2000公頃，也直逼臺灣種植總面積2800公頃，且雲南的釋迦已經能克服冬天量產的技術，質量也快達到臺灣的標準」。

「農藝女孩看世界」直言：「也就是說中國鳳梨釋迦面積的蓬勃，正是臺東官員與中國積極交流後的自食惡果。現實來講，中國鳳梨釋迦的栽培面積已經是臺灣的三倍，產量還是價格都沒有採購臺灣的誘因。」臺東農業的困局不是靠地方首長去跪、去求就有用，「而是要快點轉彎，別再只盯著西進一條路。」

粉專也建議改良場利用急速冷凍方法及真空包裝，延長果品保存期限；催熟技術加上冷凍處理技術，結合雙技術進行一貫化作業，將全果冷凍鳳梨釋迦商品化。冷凍化的商品在出口時還可免去檢疫障礙，但商業化與否同樣取決於買家價格是否支持商轉。

臺灣明明有技術、有人才，能把鳳梨釋迦的外銷運銷拼出來，為何沒有？粉專指出，「臺東的鳳梨釋迦不是沒有出路，但中國那條路早就被關稅堵死，地方首長想要另尋出路，不能只盯著中國。」

英判2中共間諜長期監禁 民主人士回應直指「遠遠不夠」

【看中國李亭綜合報導】英國老貝利法院於6月18日做出判決，兩名與香港駐倫敦經濟貿易辦事處（HKETO）存在關聯的男子，因替中共監視親民主運動人士，被法官鮑比．奇瑪-格魯布（Justice Bobbie Cheema-Grubb）判處長期徒刑。

香港經濟貿易辦事處前行政經理袁松彪（Bill Yuen），被裁定協助外國情報機構罪成立，判處八年有期徒刑。檢察官指出，袁松彪利用HKETO的資源，為針對英國境內香港及中國異見人士的監視與恐嚇行動提供資金，並將所獲情報轉遞給香港官員。

其同謀、前英國邊境管理局官員衛志梁（Peter Wai），則因相同罪行及公職人員瀆職罪，被判處十年有期徒刑。衛志梁被指濫用內政部資料庫，非法獲取監控目標的個人信息。

這是英國司法機構迄今就中共在英境內從事跨國鎮壓行動所做出的最具標誌性的判決之一，引發各界廣泛關注。

爭取香港自由基金會（CFHK Foundation）公共事務與倡導經理張晞晴（Chloe Cheung），對判決表示肯定，但同時發出嚴正警告：「袁松彪和衛志梁今日受到英國法院的應有懲處，但我們不能忽視更宏觀的圖景。」也在港府懸紅通緝令名單上的張晞晴表示：「這兩個人，不過是中國共產黨所揮舞的一支長矛的尖端。」

張晞晴進一步披露，香港警方曾對旅居英國的香港活動人士發出現金懸紅通緝令，並通過HKETO的工作人員和辦公設施追蹤這些人的行蹤，意圖將他們嚇入沉默。她強調，儘管這些卑劣手段不會得逞，但活動人士迫切需要英國政府提供更切實的支持，以追究幕後黑手的責任。

她指稱：「對於香港和中國的相關責任官員，沒有制裁、沒有驅逐，更糟糕的是，位於英國首相基爾．斯塔默（Keir Starmer）選區內的倫敦HKETO，至今仍在照常運作。這遠遠不夠。」

CFHK已聯合各方，正在尋求跨黨派支持，推動審查HKETO特權的法律依據，並呼籲廢除1996年《香港經濟貿易辦事處法》，同時發起議會請願活動，邀請公眾聯署。

此案在英國議會引發強烈迴響。在外交部質詢環節，自由民主黨議員克萊夫．瓊斯（Clive Jones），就中共日益擴張的在英影響力行動提出質詢。

代表政府回應的部長西瑪．馬爾霍特拉（Seema Malhotra）表示，英國「不會容忍」外國干預行為。然而，批評人士認為，若政府當真有意對抗中共干預，並保護跨國鎮壓的受害者，就必須超越口頭承諾，採取實際行動——吊銷HKETO的特權地位，直至關閉該機構。

工黨議員本．戈爾茲伯勒（Ben Goldsborough），亦在議會提出黎智英（Jimmy Lai）遭長期羈押一事，及中共對香港人的系統性迫害，直言兩者均與英國價值觀格格不入，令人深感不安。對此，英國外交大臣伊薇特．庫珀（Yvette Cooper）確認，黎智英案已被直接提交北京，並重申政府堅定反對跨國鎮壓的立場。

英國中國問題分析師伊麗莎白．林德利（Elizabeth Lindley）指出，西方社會普遍存在一種認知盲區：許多人走進中國現代化城市，被其繁榮秩序所震撼，便誤以為西方對中國威權本質的警告是誇大之詞。這種誤讀的根源，在於西方公民教育長期忽視「法治」與「以法治人」的本質區別，導致公眾看得見體制的產出，卻看不見它所壓制的一切。

本次判決固然是英國司法層面的一次重要勝利，但更大的戰場仍在政治層面。在英國，CFHK基金會正積極推動將反跨國鎮壓條款納入《網絡安全與數據法案》修正案，以防止英國公民的個人數據落入威權政府之手。

清華辱習舊照再瘋傳釋何信號

文｜陳靜

按：「習」字藏天機？民間預言與中共命數驚人契合。很多人未曾細想，中共黨魁「習近平」的名字，其實蘊藏著深不可測的預言密碼與天象玄機。首先，來看「習」這個字的本義與字形奧秘。「習」的正體字由「羽」與「白」組成，象徵一根白羽毛，在古代象徵著輕盈、無根之物，飄忽不定、無以為繼。而這正與中國古代預言書《鐵板圖》中的一句話不謀而合：「白羽毛鳥兒撞死在山這邊」這句話直指：白羽象徵的領袖，最終將以一己之身葬送整個政權。

其次，有人從語音諧音上挖出更具戲劇性的含義。「習近平」三個字，若分別解讀，「習」音近「戲」，「近平」可理解為「大勢將去，落幕將平」，意指一場由中共發動、波及中國與全球的歷史大戲，正逐步接近尾聲，中共這場百年大戲該收場了。

白紙運動辱習條幅再瘋傳

近日，一幅震撼人心的大字看板照片，再次引爆海外中文社交網絡：習近平母校清華大學學生宿舍「紫荊 4 號樓」樓頂窗外，有人高高支起了一塊白底黑字的巨型條幅，上面直截了當地寫著習近平的名字，後面兩個字用字母（SB）代替，用這種方式來羞辱中共黨魁習近平。大批網民爭相轉載，熱烈討論，驚呼「清華學子太有種了」、「母校帶頭反抗，這才是中國未來的脊梁」。

MYHEIMU/WIKI/CC BY-SA 3.0

▲清華大學紫荊學生公寓局部

說起清華大學紫荊學生公寓，很多人可能不知道，那是清華大學本科生、博士生、留學生的學生公寓，共有 26 棟樓，可容納 2 萬 2400 名學生，是中國規模最大的現代化學生公寓。

清華大學紫荊學生公寓條幅事件，很快迎來了事實釐清。據時政媒體「阿波羅網」等深入還原指正，這幅刺眼的抗議條幅，並非發生在 2026 年 6 月，而是三年前，2022 年底席捲全中國的「白紙運動」期間的舊照片。

當時，受封控政策逼入死角的青年學子，在寒冬夜裡發出了最本能，也最嘹亮的怒喊。該照片由網友鄭敏提供並發布。

時隔近四年，這張老照片被大批中文媒體、博客與自媒體再次重新傳播、推廣。這種「時空錯位」的熱度，非但沒有因闢謠而冷卻，反倒印證了一個更深層次的客觀規律：2022 年發生的抗議，能在 4 年後的今天再次鋪天蓋地流傳，這說明人們對其獨裁體制與治理手段的耐心，正以不可逆轉的速度消磨殆盡。

回顧 2022 年 11 月，嚴苛的「動態清零」政策，將億萬民眾的生命財產安全與尊嚴踐踏殆盡。烏魯木齊一場大火，點燃了全民心中壓抑已久的乾柴。清華大學的紫荊宿舍區隨即爆發集會，學生們高舉白紙，反對粗暴管控，高呼「民主法治與自由」。

在那個決定性的關頭，紫荊 4 號樓頂的這幅粗俗卻無比真實的「直球」怒斥條幅，像是一道探照燈，瞬間戳破了中共又邪又蠢的本質。

留給習近平的機會不多了

然而到了 2026 年，官方早已全面抹去「白紙運動」的物理痕跡，參與抗議的學子、記錄照片的攝影者，也多遭搜檢與打壓。可歷史有趣的地方就在於：越是被強力抹去的記憶，越容易以另一種更猛烈的方式，在人們防備最薄弱的時候，在互聯網的天空「借屍還魂」。

6 月，海外媒體重新轉載這幅舊作，國內網民暗中轉發，其心態和目的已然與 3 年前不同。

為甚麼舊聞能被當成「即時新聞」大肆瘋傳？或許這也是天意吧！在暗無天日的中共國敘事裡，該照片中所表達的憤怒、不屑、勇氣與反抗，完完全全契合了 2026 年此時此刻，人們對每況愈下的經濟環境、高壓的社會氣氛，以及前途未卜命運的集體哀傷。

更具歷史諷刺意味的是，清華大學是習近平的母校。母校的樓頂，高掛著咒罵其最直接的看板。在講究「師道尊嚴」與「校友榮譽」的中國傳統文化中，這無疑是知識分子內心最悲憤與崩潰的心聲。

當然不僅僅是清華和全中國的人，還有世界都沒有忘記。

6 月 16 日，美國參議院以全票通過（Voice Vote，無異議）的方式，迅速通過 S.Res.444 號決議。這一天，正是習近平 73 歲生日後的次日，時間點極具戲劇性。巧的是第 444 號決議，不論在西方還是在東方的文化裡，這都不是一個吉祥的數字。

而這 S.Res.444 號決議裡，其中的罪狀之一，就是習近平欺騙與構成全球威脅，新冠病毒起源誤導世界，導致美國超 100 萬人死亡；那中國呢？

來自美國之音的報導：2023 年 1 月 14 日，中共公布解封以來死於新冠的人數是接近 6 萬人，比先前公布的 37 個人暴增 1600 倍，從 2022 年 12 月 7 日放棄清零政策全面解封，到底有多少人死於新冠？有人猜測，有人使用模型推演，結果是從 100 萬人到上千萬人不等。

有人以香港很低的新冠死亡率計算，中國死亡的人數已經超過 405 萬人；如果以全球和美國的死亡率計算，中國的死亡人數可能已經達到 900 萬，甚至更多！

是的，這筆帳美國人沒有忘記，中國人沒有忘記，世界都不會忘記。清華園 2022 年這張舊相片的熱傳，是民意在互聯網上發出的一次聲勢浩大的無聲投票：人們對獨裁政治的耐心，已經完全見底。歷史留給習近平的機會已經不多了。接下來中共的日子，就剩清算兩個字了。

最大「反賊」找到了 經典背景音樂幾乎皆日貨

文｜福音

如果說中共央視是最大的「反賊」，你可能不相信，如果告訴你央視從《天氣預報》到《故宮》紀錄片，再到傳頌數十載的悲壯英雄交響樂，其靈魂作者，竟是如今被中共制裁的日本音樂家作品，你會怎麼想？

每當中共宣傳喉舌大唱「大國崛起」與「文化自信」時，總能看到宏大、肅穆的紫禁城俯瞰鏡頭，伴隨的是氣勢磅礡、蒼涼深邃的宏偉背景樂。然而，這首被央視《故宮》系列紀錄片及無數國家級宣傳片奉為「靈魂之聲」的經典配樂，是由日本新世紀音樂組合神思者（S.E.N.S.）創作的。這首曲子最初是為日本 NHK 電視臺，1995 年播出的特別節目《故宮》所譜寫的配樂。這絕非孤例，紀錄片《絲綢之路》配樂中，那浩瀚深邃、充滿神秘東方禪意的樂章，是由日本新世紀音樂教父喜多郎，以超前的模擬合成器技術勾勒出來的；而在各類法治、體育，甚至新聞專題節目中，央視編輯更是大量挪用《火影忍者》、《名偵探柯南》等日本熱門動漫的原聲帶。

「荒誕的愛國悖論：無數粉絲在歷史情懷中熱淚盈眶時，感動他們的旋律，卻全數出自日本藝術家之手。」

如今「古典漢風」在東瀛

為甚麼日本作曲家能寫出比中國本土更像「中國古典」的頂級樂章？這是一個值得深思的文化命題。

在音樂學界，有一句著名的論斷：「欲尋唐宋音，可向蓬萊求。」唐朝時，中日文化交流空前繁盛，華夏宮廷優美的雅樂、典章禮樂儀規，伴隨著大量樂器（如尺八、五弦琵琶、箏篥）傳入日本，並在日本皇室的大力庇護下，被完整地保留在了「雅正之樂」（雅樂）傳承之中。

日本新世紀音樂之勝：日本大師（如喜多郎、姬神、神思者）吸收西方古典樂理與現代合成器技術，卻在精神內實上巧妙把握了東方哲學「無」的境界。他們重視音符間的「留白」，擅長使用陶笛、尺八、太鼓呼應自然，恰恰重構了華夏古人追求的「天人合一」。

傳統文化斷裂的悲劇苦果

而中共治下，對中國傳統文化的毀滅性打擊與人文精神的閹割，從 1949 年就開始了，在毛澤東掀起的「文化大革命」中達到高潮。傳統儒、釋、道文化被扣上「封、資、修」的帽子，橫遭全盤砸碎。古琴被劈、古木樂器被付之一炬、老藝人遭批鬥致殘、士大夫階層的審美理念與靈性之美被連根拔起。

文化浩劫過後，中國民樂一度成了純粹為中共政治意識形態唱讚歌的宣傳工具（如《東方紅》、《翻身道情》等鋼硬激越、歡天喜地的宣傳樂）。在長達數十年極左洗腦教育和單調暴力的文化環境中，本土音樂界普遍喪失了創作古典、空靈、悲壯雅樂的審美心靈。本土創作乾癟，一旦需要宏大歷史意境或高雅音樂時，只能從日本的現成版權音樂庫中「瘋狂偷師」和「無償借用」。

中共一邊挑動對鄰國日本的極致仇視，一邊離不開隔岸藝術家譜寫的宮廷太古清音。這種強大的精神撕裂與荒謬感，不知道那些小粉紅會做何感想。

美聯儲前主席格林斯潘逝世

【看中國記者高芸編譯/綜合報導】有「美聯儲大師」（Fed Maetro）之稱的前美聯儲主席艾倫·格林斯潘（Alan Greenspan）6月22日去世，享年100歲。其妻子、美國知名記者安德烈婭·米切爾（Andrea Mitchell）表示，格林斯潘因帕金森病併發症在家中辭世。

DAVID BOHRER/WHITE HOUSE VIA GETTY IMAGES

副總統迪克·切尼（右）為艾倫·格林斯潘（左）宣誓就職，使其第五度擔任美國聯邦儲備理事會主席。

據路透社報導，作為美國歷史上最具影響力的央行掌門人之一，格林斯潘於1987年至2006年執掌美聯儲近19年，是僅次於威廉·馬丁（William McChesney Martin）的第二長任期美聯儲主席。在其職業生涯中，他曾被譽為推動美國經濟長期繁榮的關鍵人物，但在2008年全球金融危機爆發後，其政策也遭到質疑。

安德烈婭·米切爾在聲明中表示，格林斯潘幫助塑造了數十年的美國經濟，同時始終坦誠承認自己的錯誤。格林斯潘最為人稱道的成就，是在上世紀90年代帶領美國經濟經歷了歷史上第二長的擴張週期。

從1991年3月至2001年3月，美國經濟連續增長10年，創造了持續繁榮的「黃金時代」。在當時通脹壓力並未真正顯現的背景下，格林斯潘頂住加息壓力，選擇讓經濟繼續擴張，為美國創造了長期增長、低通脹和就業改善的局面。尤其是在20世紀90年代中期，他判斷技術進步和生產率提升將有效抑制通脹，這一判斷後來被視為其職業生涯最重要的決策之一。前美聯儲主席傑羅姆·鮑威爾（Jerome Powell），曾多次提及格林斯潘的這一案例，認為它體現了政策制定過程中經驗判斷的重要性。憑藉這一系列成功決策，格林斯潘被媒體和市場譽為經濟領域的「指揮大師」。

1987年8月剛剛出任美聯儲主席兩個月後，格林斯潘便遭遇美國歷史上著名的「黑色星期一」（Black Monday）股災。面對市場暴跌，他迅速向金融體系注入流動性穩定市場。此舉後來被認為是現代央行危機管理的經典案例，並被認為成功避免了美國經濟陷入衰退。此後近20年間，格林斯潘先後帶領美國經濟度過1990年至1991年經濟衰退、亞洲金融危機、俄羅斯金融危機、互聯網泡沫破裂，以及「9·11」恐怖襲擊後的經濟震盪。

美聯儲在悼念聲明中表示，格林斯潘「將嚴謹的分析方法引入貨幣政策制定過程」，並幫助建立了美聯儲最重要的資產之一——市場信譽。

儘管格林斯潘在任期間備受推崇，但其歷史評價最終因2008年全球金融危機而變得複雜。

批評人士認為，他過於相信市場自身能夠約束風險，並低估了金融機構過度冒險的可能性。

除了政策影響力之外，格林斯潘還因其獨特的溝通風格而聞名。

他經常在國會聽證會和公開演講中使用含義複雜、難以直接解讀的表述，因此市場創造出「美聯儲語言（Fed Speak）」這一專有名詞。格林斯潘曾半開玩笑地說：「我在美聯儲學會了一種新語言，叫做『美聯儲語言』。我們學會了以極其不連貫的方式含糊其辭。」他還說：「如果你覺得我說得特別清楚，那一定是你誤解了我的意思。」

其妻子米切爾後來回憶稱，由於格林斯潘說話過於委婉，自己在他最初幾次求婚時都沒有聽明白他在說甚麼。

據美聯社報導，小時候，他便展現出過人的數學天賦。他的母親經常帶他在客人面前展示數學才能。格林斯潘在2007年接受美國公共廣播公司《新聞一小時》（PBS NewsHour）採訪時回憶：「我就是聚會上的一個展示道具。」

路透社報導稱，少年時期，他最熱愛的並非經濟學，而是音樂。後來，他轉而進入紐約大學（New York University）學習經濟學，並逐漸走上公共政策道路。

在擔任美聯儲主席之前，格林斯潘曾出任總統傑拉爾德·福特（Gerald Ford）政府經濟顧問委員會主席，並長期經營自己的經濟諮詢公司。

1987年，他獲得總統羅納德·里根（Ronald Reagan）任命出任美聯儲主席，之後先後被老布什（George H.W.Bush）、克林頓（Bill Clinton）和小布什（George W.Bush）留任，成為美國跨黨派執政時期最具影響力的經濟政策人物之一。

中企疑藉日據點涉毒及幣詐騙

【看中國訊】一個涉嫌非法出口芬太尼（Fentanyl）化學前驅物的中國大陸組織，被指以日本為據點，參與大規模加密貨幣詐騙活動，並與多個遭美國制裁的中國實體和個人保持密切往來，背後可能涉及更廣泛的跨國犯罪網絡。

《日經亞洲》（Nikkei Asia）近日公布的獨立調查顯示，湖北精奧生物科技有限公司，被認為是相關組織核心。該公司過去曾在日本名古屋設立營運據點，並透過多個加密貨幣帳戶與具有中國背景的詐騙集團發生資金往來。該公司已於2024年7月解散。

調查發現，這些詐騙集團曾發行名為「zksync.jp」的虛假虛擬貨幣，刻意使用日本網域名稱，模仿現有支付服務，誘導全球投資人轉帳受騙。包括日本在內，相關損失估計已達數億日圓。

美國區塊鏈研究公司Chainalysis指出，這類手法屬於典型洗錢模式。由於日本網域在國際上具有較高可信度，較容易被不法分子利用來包裝詐騙項目，降低受害者戒心。

調查人員根據美國法院文件披露的加密貨幣錢包地址，追查資金流向後發現，湖北精奧生物科技與多個遭美國財政部外國資產控制辦公室（OFAC）制裁的中國組織及個人存在大量交易，其中與武漢遠城集團關係尤為密切。

美國政府長期將武漢遠城集團列為重點打擊對象，並認定其創辦人葉全發是全球最活躍的芬太尼類毒品生產者之一。美國國務院曾懸賞最高500萬美元，徵集有助於將其定罪或逮捕的線索。

進一步調查顯示，湖北精奧生物科技透過多個帳戶隱藏資金來源，並與以遠城集團為核心的受制裁實體進行超過120筆交易。許多相關人員來自同一地區，顯示彼此之間存在緊密聯繫。

受邀協助驗證調查結果的美國分析公司TRM Labs指出，日本鄰近中國大陸，金融體系開放，跨境資金流動頻繁，容易被犯罪組織利用為洗錢和資金轉移的重要渠道。

調查發現的資金往來與人員關係顯示，日本據點涉及的活動可能不僅限於金融詐騙。美國緝毒局（DEA）官員今年5月底曾警告，日本已成為芬太尼走私的重要中轉站。由於日本對運往美國的商業貨物檢查相對寬鬆，使其成為中國大陸和印度生產的毒品化學前驅物理想轉運中心。

5月，美國緝毒局與日本海上保安廳簽署合作備忘錄，加強打擊包括芬太尼在內的毒品走私活動；聯合國毒品和犯罪問題辦公室（UNODC），也已展開相關應對措施。

深圳外貿展造假 商家維權

【看中國記者李木子綜合報導】近日，深圳外貿進出口交易會爆發群體性維權事件。本應是促進國際貿易的盛會，卻被指控主辦方涉嫌虛假宣傳，甚至僱用大量外籍留學生充當「假採購商」，製造交易活躍的繁榮假象。此舉引發數百家參展商的集體憤怒，高喊退費，導致展會現場一度演變成維權戰場，大批警察與特警到場戒備。

綜合社交媒體消息，這場於6月16日至18日在深圳福田會展中心舉辦的跨境外貿博覽會，事前曾獲官方媒體大力造勢，宣稱規模達6萬平方米、匯聚超2千家企業。然而，展會期間卻有參展商在地鐵站口目擊有人手持名單、現場核對信息並向排隊的「外籍演員」發放酬勞。不少參展商在網絡上憤怒控訴，自己努力宣傳了一整天，發出大量名片與資料，最後才發現積極接洽的「外國客戶」，竟然全是主辦方花錢請來的臨時演員。

由於每家參展商平均花費約2萬元人民幣的展位費，若加上運輸與住宿等成本更是負擔沉重，卻幾乎未能簽到任何有效訂單。在發現受騙後，數百名參展商圍堵主辦方負責人要求退還費用。由於訴求未獲積極回應，部分憤怒的商戶在撤離時，甚至砸毀了自己的展品與現場設施以示抗議。

此事在海外社交平臺X上引發網民熱烈討論。有網友說：「我以前就是做外貿的，這種幾十年前的辦展套路其實已經被市場淘汰了。我好多留學生朋友就靠去展會當拖來賺生活費了。一次200塊錢。」此外，不少輿論將此現象與宏觀經濟聯繫，認為連深圳這樣的指標性窗口城市，外貿都需要靠造假來撐場面，突顯了當前經濟體制的困境與社會矛盾的加劇。

川普叫停「住房法案」簽署 要求先通過「SAVE 法案」

【看中國記者路克綜合報導】據《每日郵報》6 月 24 日報導，美國總統川普當天決定暫緩簽署一項獲得兩黨支持的住房可負擔性法案，並表示在國會通過「SAVE America Act」（拯救美國法案）之前，不會推進相關簽署程序。

這一決定使原定舉行的簽署活動被取消，也讓兩項重要立法議程之間的關聯受到外界關注。

距離原定簽署時間僅剩數小時，川普通過真相社媒（Truth Social）發表聲明，宣布取消當天的「住房法案」簽署活動。

川普表示：「今天的住房新聞發布會和簽署儀式即日起取消，直到我們通過迫切需要的「SAVE AMERICA ACT」。我認為這是一場國家緊急狀態。」

自重返白宮以來，川普一直將選舉安全列為施政重點之一，多次呼籲國會盡快推進相關改革。他認為，加強選民身份核驗和完善投票制度，是維護美國選舉公信力的重要舉措。

2026年 6月 4日，美國總統川普在華盛頓特區白宮橢圓形辦公室發表講話時，手持一份其 Truth Social帳號貼文的列印件，內容涉及「美國選民資格保障法案」（簡稱「SAVE America Act」）。（SMIALOWSKI / AFP via Getty Images）

「SAVE 法案」面臨國會挑戰

根據法案內容，「SAVE America Act」將要求選民提供公民身份證明，併進一步強化選民身分驗證機制。

支持者認為，該法案有助於提升選舉透明度和公眾信任度；反對者則擔憂部分條款可能增加選民登記門檻。

儘管共和黨領導層整體支持相關改革方向，但部分國會議員對於法案細節仍持不同意見，因此目前尚未形成足夠票數推動法案最終通過。

據報導，川普當天仍計畫出席參議院共和黨午餐會議，與黨內議員討論「SAVE America Act」以及未來立法安排。

「住房法案」聚焦降低居住成本

被暫緩簽署的「住房法案」原本旨在應對美國持續存在的住房負擔問題。

法案內容包括：鼓勵住宅建設、增加住房供應，以及限制大型投資機構大量收購獨棟住宅，希望藉此緩解房價和租金上漲壓力。

近年來，美國多個地區住房價格持續攀升。根據美聯社等媒體此前報導，住房成本已經成為選民最關注的經濟議題之一，不少家庭正面臨購房和租房壓力。

隨著 2026 年中期選舉臨近，生活成本、通脹以及住房問題預計將繼續成為選民關注焦點。

白宮尚未說明下一步安排

目前尚不清楚川普最終會在何時簽署該「住房法案」。

《每日郵報》報導稱，白宮尚未回應有關法案未來命運的詢問。不過，從川普當天的表態來看，他希望藉此推動國會優先處理其高度重視的選舉改革議程。

分析人士指出，兩項法案分別涉及住房政策和選舉制度改革，均屬於影響廣泛的國內議題。未來國會能否在選舉改革問題上取得進展，也將影響「住房法案」下一步的推進節奏。

歐洲臺灣形象展波蘭登場 無人機大熱吸引逾百位買主

【看中國記者李淨瑤綜合報導】臺灣經濟部主辦的「2026 年歐洲臺灣形象展」22 日於波蘭華沙盛大揭幕，象徵臺灣深化歐洲布局邁入新階段。臺灣外交部長林佳龍表示，經濟依賴已成為威權國家施加脅迫的工具，因此建立非紅供應鏈已成為民主夥伴共同努力的重要目標。舉辦臺灣形象展是要展現臺灣願意透過產業合作成為歐洲重要夥伴的決心。無人機在展覽中成為大熱，吸引 110 位買家。

經濟部 22 日發布新聞稿表示，「2026 年歐洲臺灣形象展」吸引來自歐盟、波蘭、烏克蘭及各界產業代表，包括：歐盟執委會成長總署、波蘭經濟發展暨科技部、波蘭數字部、波蘭發展基金暨區域政策部、波蘭能源部、波蘭投資貿易局（PAIH）、烏克蘭利維夫市政府投資處等重要單位出席，共同見證臺歐合作的新里程碑。

經濟部長龔明鑫特別以活動主人身分預錄歡迎致詞影片，表達臺灣希望與波蘭及歐洲夥伴攜手，從研發設計到製造應用，共同打造一個更具韌性、互惠共榮的在地產業生態系，因此透過辦理形象展方式，為雙方企業創造一個實質對接、共創商機的機會，並進一步擴大邀請歐盟、日本與烏克蘭等夥伴參與，將形象展從過去的雙邊交流，邁向更廣闊、更多元的多邊合作。

政務次長江文若代表經濟部出席「歐洲臺灣形象展」，江次長表示，今年特別選在華沙舉辦，正是因波蘭展現強勁的經濟韌性與前景，隨著全球進入人工智能新時代，雙方合作將結合臺灣的科技實力與波蘭的在地優勢；這不僅是臺波經貿深化的一大步，更是臺灣全方位深耕歐洲市場的關鍵進程。

林佳龍應邀出席「2026 年歐洲臺灣形象展」，他在致詞時表示，世界正經歷第二次世界大戰以來最深刻的變局，尤其俄羅斯入侵烏克蘭後，對全球民主國家更是一記警鐘，過去認為「經濟相互依存必然帶來安全保障」的迷思已徹底被打破，經濟依賴反而成為威權國家施加脅迫的工具，因此，建立以信任與共同價值為基礎的「非紅供應鏈」已成為民主夥伴共同努力的重要目標。

林佳龍指出，這次臺灣形象展不只是單純的商業交流，更展現臺灣在歐洲推動「再工業化」與「再武裝」的關鍵時刻，願意透過產業合作成為歐洲重要夥伴的決心。

出席開幕典禮的波蘭經濟發展暨科技部政務次長亞羅什 (Micha Jaros) 也呼應表示，面對日益升高的地緣政治風險，建立自由、公平且具民主價值的供應鏈不再只是選項，而是必要條件。

臺灣形象展共分成 8 大展區，涵蓋半導體、智能製造、資通訊、智能能源等領域，吸引 46 國、逾 3000 名買主造訪。臺灣外貿協會率領逾百家臺廠首度在波蘭華沙舉行臺灣形象展。

據《自由時報》報導，因應歐洲國防自主提升，對無人機需求大增，雷虎、漢翔等 16 家業者籌組的無人機專館成了最大亮點，各國買主對臺灣無人機需求展現「前所未見」熱度，估計洽商超過 600 場次、多達 110 位來自歐洲的買主，主要買家來自波蘭，其次為烏克蘭、荷蘭，另有法國、意大利、西班牙與立陶宛等國參與。

貿協董事長黃志芳估算，今年歐洲臺灣形象展商機可超過 5 千萬美元，超越上屆柏林臺灣形象展。

倒影池破壞案 再逮嫌疑犯 川普稱將速修

【看中國訊】美國總統川普（Donald Trump）6 月 20 日（週六）晚間在「真相社交」（Truth Social）發文表示，又有更多人員因破壞華盛頓國家廣場倒影池（Reflecting Pool）而被逮捕。川普譴責相關行為是對華盛頓總統和林肯總統的冒犯，並表示將盡快完成修復工作。

川普在貼文中寫道，又有更多人員因破壞我們美麗的倒影池而被逮捕。

「自 1922 年最初建成以來，倒影池從未像現在這樣美觀，也從未像現在這樣運作良好。不過，即使在當年，它也存在嚴重漏水問題，實際上並不能正常運作。我們修復後的倒影池運行得近乎完美，包括鏡面般的水面效果，能夠完美映照兩座偉大的紀念碑——這是過去從未有過的！」川普認為，這些可怕的破壞者所做的一切，是真正對喬治·華盛頓總統和亞伯拉罕·林肯總統的冒犯，應當受到相應處理。

川普說：「我們今天已經與承包商進行了會面。為了完成必要的維修工作，我們很可能不得不放掉池中的大部分池水，但我們會盡可能快速地完成修復。他們造成的破壞遠不止這些。此前被毀掉的大面積草坪，相比之下不過是最輕微的問題。」

川普隨後列舉了嫌犯造成的具體損害：「他們使用某種刀具或刀片，在這座美麗設施的表面劃出了一道長達 250 英尺（約 76 米）的巨大裂痕。而這座設施的建成，凝聚了大量的努力、專業能力和資金投入。他們還向池中傾倒了具有腐蝕性和破壞性的化學物質。」

「即使是在 1922 年剛開放的時候，倒影池也沒有一週前那麼美。」川普接著說：「我們為自己對這座宏偉設施所完成的工作感到非常自豪，而我們也會迅速將其修復，使其恢復到同樣美麗的水平。」川普在貼文最後感謝民眾對此事件的關注。

6 月 20 日當天下午 6 點左右，川普總統在真相社交發帖文說，「美國公園警察已經逮捕了多名破壞我們國家壯麗倒影池的人。誰會做出這種事？這屬於極其嚴重的犯罪行為，涉及對國家紀念設施的破壞。他們將面臨數年監禁！修復工作將立即展開。」

前不久，川普下令對倒影池進行大規模整修和美化工程，相關工程已於 6 月 6 日完工。整修後的倒影池呈現出川普所稱的「美國國旗藍」水色效果，以迎接美國建國 250 週年慶典。

倒影池（Reflecting Pool）位於美國首都華盛頓國家廣場西端，連接林肯紀念堂與華盛頓紀念碑。其鏡面般的水面倒映兩座紀念建築，長期以來都是華盛頓最具代表性的地標景觀之一。

德技同讚 耳通人靈

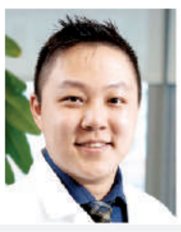
耳通 聽力檢查 助聽器 中心
Landa Hearing Center

超過30年 成功幫助過5萬多人
配戴合適的助聽器 並定期追蹤使用效益

專精 成人及少兒各種聽覺檢查，採用高尖端、最先進的助聽器技術。裝配前做詳細評估和分析，配戴時依不同聽力程度做準備調音矯正，分析周圍聲音，對不同環境進行最佳頻道調整，提高噪音背景的辨識能力，發揮助聽器最佳效果，提升病人的聽覺與生活品質。裝配助聽器成功率高達90%以上，接受大部分保險，可現做或訂做內耳式及耳背式助聽器，同時兼顧實用性、個性化，美觀、大方、時尚。

驗耳師 聽力檢查專家
曾文瑛博士 Dr. Alice M. Chan Au. D
佛羅里達大學聽力學博士
Au.D Certified Lic. Audiologist
擁有紐約州驗耳師專業執照，美國聽力學會會員，聽力檢查準確度高，專精兒童、成人、老人聽力檢查，曾任紐約十四街耳鼻喉專科醫院聽力醫生。

助聽器專家 李孔耀先生
擁有紐約州助聽器專業執照
Lic. Hearing Aid Specialist
採用最新先進的技術，為患者量身定做助聽器，提供耳內式、耳背式助聽器，訂做助聽器耳膜以及多種美觀、時尚受青少年喜愛的多彩助聽器。


驗耳師 聽力檢查專家
Dr. Lambert Lee Au. D
佛羅里達大學聽力學博士
Au.D Certified Lic. Audiologist
擁有紐約州驗耳師專業執照，美國聽力學會會員，聽力檢查準確度高，專精兒童、成人、老人聽力檢查。

超準出調 定期追蹤

華埠金輪大廈803室
139 Centre Street, #803, NY 10013
Tel:212-406-1968 Fax:212-431-1044

法拉盛飛越皇后大廈7H
136-20 38th Ave, Suite 7H, Flushing, NY 11354
Tel:718-353-5626 Fax:718-353-5622

88 會計事務所經辦各項稅務 前四大資深經理
Danny Huang
Tax Director
37-12 Prince St,
Ste 10D, Flushing,
NY, 11354
Phone: (917) 563-1225
Fax: (917) 563-1241
Info@88accounting.com

公司報稅 個人/家庭報稅 會計簿記
成立公司 審計代表 財務報告
薪資出糧 50州報稅 海外收入
申請稅號 電子報稅 地保公證
精通：溫州話 國語 粵語 英文 福州話

紐約州、市2026年初選結果出爐

社會主義者重塑民主黨版圖

【看中國記者田淨心綜合報導】紐約州、市2026年初選結果陸續揭曉，民主黨在紐約市多場國會及州議會選區競爭中呈現明顯分化。本輪初選中，紐約州多個聯邦眾議院選區的民主黨候選人已完成提名角逐，多個選區結果已經基本確定。

在第10國會選區民主黨初選中，前紐約市審計長蘭德（Brad Lander）以65.3%對34.5%，擊敗現任聯邦眾議員戈德曼（Dan Goldman），成為本輪最受關注的結果之一。該場對決不僅是紐約市內部一場重要的黨內角力，也被視為進步派陣營持續擴張的重要信號。

第6國會選區民主黨初選中，現任國會眾議員孟昭文（Grace Meng）順利過關，繼續穩固其在皇后區選民中的支持基礎。作為紐約華社長期關注的聯邦眾議員，孟昭文的勝出顯示，儘管紐約市整體政治光譜持續變化，部分資深民選官員仍具備較強的地方組織能力與選民動員能力。

2026年6月23日，在紐約市布魯克林的一個軍械庫和基督教青年會，人們正在參加紐約州初選投票。紐約人正在參加民主黨州初選，許多人認為這是對新當選的市長佐蘭·馬姆達尼的一次考驗，他正試圖利用自己的人氣，通過支持挑戰兩位民主黨現任議員的候選人來影響紐約市的國會代表團。(Spencer Platt/Getty Images)

第12國會選區同樣競爭激烈，拉舍爾（Micah Lasher），在多名候選人混戰中勝出，贏得民主黨提名。

第13國會選區則出現另一場引人注目的變化。阿維拉·舍瓦利耶（Darializa Avila Chevalier），在激烈競爭中擊敗現任眾議員埃斯帕利亞特（Adriano Espaillat），為本輪初選再添一大變數。該選區長期被視為紐約市少數族裔選民聚集的重要區域。

第7國會選區方面，瓦爾迪茲（Claire Valdez），也在初選中表現突出，成為曼達尼陣營支持名單中的又一勝選者。

州議會方面，紐約州參議會第27選區民主黨初選，現任州眾議員李榮恩（Ron Kim）勝出。該選區的選情受到外界關注，反映出皇后區部分社區選民對熟悉面孔和地方議題的持續重視。

紐約州眾議會第65選區民主黨初選結果則在23日晚揭曉，獲得曼達尼背書的社會主義民主黨參選人易雅博（Illapa Sairitupac）勝出。根據已公布的計票信息，在95.29%選票已掃瞄時，易雅博（Illapa Sairitupac）以4048票、36.21%的得票率領先並鎖定勝局。

與國會及州議會選區的激烈對抗相比，州級職位則顯得平靜得多。現任州長霍楚（Kathy Hochul），在民主黨初選中沒有遇到對手，共和黨州長候選人布萊克曼（Bruce Blakeman），也同樣沒有黨內競爭。這意味著本輪紐約州初選的真正看點，並不在州長席位，而是集中在紐約市多個聯邦眾議院和州議會選區的重新洗牌。

對紐約華人社區而言，這場初選的意義也不止於黨內勝負，未來在移民、住房、治安、教育和城市預算等議題上的聯邦與州層面表態，或將受到這些結果的持續影響。

民主黨華埠第65D區領袖於金山23日對《大紀元》說：「這顯示出馬姆達尼帶來的紅潮未退。現在我們這裡的州議員、國會議員都是市長一派，所以大家都跟著市長的意志來做，市長要做甚麼，我們根本沒有反抗的餘地。」

紐約州完成100英里智能路徑連接輸電項目

【看中國記者田淨心編譯／綜合報導】紐約州州長凱西·霍楚（Kathy Hochul）6月22日宣布：100英里智能路徑連接（Smart Path Connect）輸電項目已全面建成並投入運行。該項目是紐約州50年來對電網進行的最大規模投資之一，每年預計為紐約州民眾和企業節省約4.38億美元的能源成本。

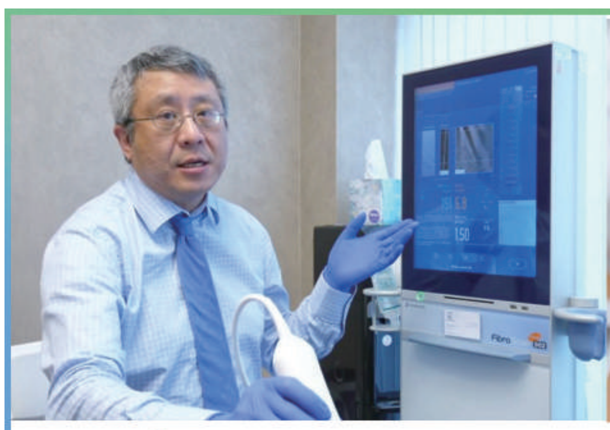
智能路徑連接（Smart Path Connect）項目位於紐約州北部地區和莫霍克谷（Mohawk Valley），通過升級現有輸電走廊，顯著緩解了長期存在的輸電擁堵問題。該項目成功解鎖了上州地區約1吉瓦（GW）的可再生能源輸送容量，使清潔電力能夠更高效地送往全州各地，同時提升了電網的可靠性和應對極端天氣的能力。

該項目共涉及兩條獨立輸電走廊的升級，總長度約100英里。其中包括新建4座變電站，並對10座現有變電站進行升級改造。項目覆蓋克林頓縣（Clinton County）、富蘭克林縣（Franklin County）、聖勞倫斯縣（St. Lawrence County）、劉易斯縣（Lewis County）和奧奈達縣（Oneida County）等多個地區。

紐約州電力局負責北部45英里線路的建設，包括新建三座數字化變電站；國家電網負責南部55英里線路的建設。該項目與此前已完成的78英里智能路徑（Smart Path）項目相連接，共同構成近200英里升級後的345千伏（kV）高壓輸電網絡，大幅提升了州內長距離輸電效率。

智能路徑連接（Smart Path Connect）項目的完工，標誌著紐約州在電網現代化建設上取得重要進展。該項目有效解決了上州清潔能源向人口密集的下州地區輸送的瓶頸問題，有助於降低整體電價壓力，並為紐約州清潔能源轉型提供更堅實的電網基礎。

此項目建成後，將進一步增強紐約州電網在極端天氣等情況下的供電穩定性，支持全州經濟持續發展和清潔能源目標的實現。



一位醫生，從始至終守護你的腸胃健康
在現代醫療中，連續性與專業性同樣重要。
就像定製衣服要裁縫師從量身、裁剪、縫製，從頭到尾親自打理一樣
我們的診所堅持「一位醫生全程負責」的理念。
從初診問診、腸胃鏡檢查到報告講解，均由同一位醫生親自完成。
這一貫制流程讓醫生全面掌握患者的健康狀況，
避免因多次轉交造成的信息遺漏與判斷偏差。
這不僅提高了診斷的準確率，
更讓患者獲得連貫、安全、
值得信賴的醫療體驗。
在這裡，醫療不只是檢查與報告，
而是一份始終如一的專業承諾。

荊彤腸胃中心
Jing Gastroenterology&Hepatology

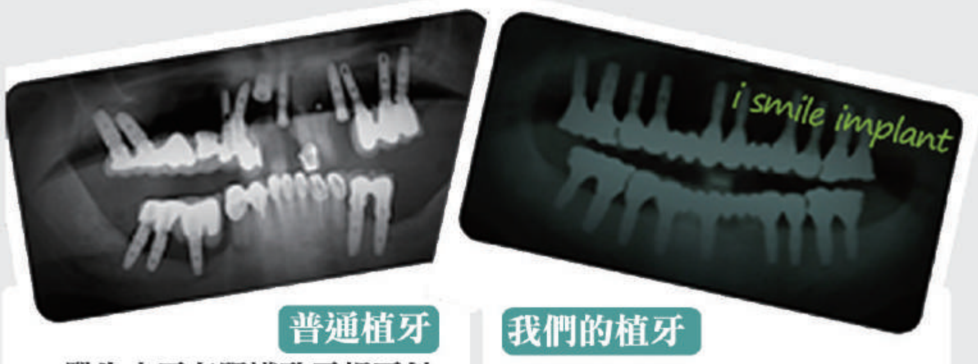
你以為只是胃痛？其實是幽門桿菌在作怪！
現代人常把胃脹、打嗝、噁心歸咎於壓力，
其實，真正的元兇可能是幽門螺旋桿菌。
亞裔族群每兩人就有一人感染，
長期未治療會導致胃炎、潰瘍，甚至胃癌。
幽門桿菌不會自行消失，必須透過藥物徹底根除。

腸鏡是早期發現關鍵
在華人中，大腸癌年輕化趨勢明顯。其中多數本可在早期發現。
因為便血、痔瘡症狀相似，許多人忽略了身體的警訊。
腸鏡檢查不僅能看見腸道情況，更能在息肉階段直接處理，
把癌變機率大幅降低。
如果您已超過45歲，或排便習慣出現變化，
現在就是最好的檢查時機。

荊彤腸胃科醫生簡介
畢業於世界著名的約翰霍普金斯醫學院腸胃科
德州大學安德森癌症中心博士學位
曾任紐約大學醫學院胃鏡室主任
曾任紐約大學醫學院腸胃科副教授
曾任新墨西哥州大學醫學院腸胃科副教授
136-68 Roosevelt Avenue,3F,
Flushing, NY 11354
(718)886-9819 (718)321-0183

提早檢查腸胃與肝，就是守護健康的最好起點。

아이스마일치과
i smile Dental Arts
紐約頂級牙科醫師/植牙專家



普通植牙
醫生水平有限導致牙根歪斜
易損壞 不適感明顯
嚴重者需重新植牙
我們的植牙
專業醫生操作
整齊牢固 美觀自信 效果持久

解決疑難案例專家
植牙手術後出現異常者；
口腔內骨質條件不良者；
對於植牙手術恐懼者等等
植牙/牙橋/牙套/根管治療
牙周病/矯正/活動假牙……
節日特價 植牙$1350/顆（包括牙冠）

Inhan Lee 植牙專家

法拉盛：211-54 45th Dr., Bayside, NY 11361 電話：718-225-7770 (中文) 每週一、二、五、六開診
曼哈頓：35 W 31st St 2nd Fl, New York, NY 10001 電話：212-594-9197(中文) 每週二、三、四、五開診
- 美國、韓國牙醫執照
- 賓州大學牙醫醫學博士
- 賓州大學植牙研究副教授
- 首爾國立大學保守牙科教授

新澤西世界盃賽場交通受質疑　後續賽程承壓

【看中國記者田淨心綜合報導】隨著2026年世界盃賽事持續進行，位於美國新澤西州的大都會人壽體育場（MetLife Stadium），陸續舉辦多場比賽，並將在7月承辦世界盃決賽。隨著觀賽人數不斷增加，交通運輸、停車安排，以及球迷疏導等問題持續受到關注。

鐵路票價兩度下調

今年4月17日，NJ Transit公布世界盃交通運輸方案，計畫在比賽日期間開行紐約Penn Station至大都會人壽體育場的世界盃專列，並推出賽事專屬車票。方案公布初期，鐵路往返票價定為150美元，官方接駁巴士往返票價80美元，引發不少球迷質疑收費過高。隨後，新澤西交通局兩次調整票價。5月7日，鐵路往返票價降至105美元；5月14日再次下調至98美元。與此同時，官方接駁巴士票價由80美元降至20美元。經過調整後，鐵路票價累計下降52美元、巴士票價下降60美元。不過，目前98美元的鐵路往返票價，仍明顯高於平日紐約至錫考克斯樞紐站（Secaucus Junction）普通往返票價約12.90美元。

2026年6月13日，巴西和摩洛哥的球迷抵達新澤西州東盧瑟福的MetLife體育場，他們搭乘 NJ Transit的列車從梅多蘭茲站下車。6月13日，紐約和新澤西的交通系統將面臨嚴峻考驗，因為新澤西州的FIFA世界盃賽程將在MetLife體育場拉開序幕，首場比賽是巴西對陣摩洛哥。近8萬名球迷將搭乘NJ Transit的列車、接駁巴士，以及數千輛優步和Lyft等網約車往返於球場。(Adam Gray/Getty Images)

接駁巴士更受球迷歡迎

相比鐵路，由紐約—新澤西世界盃主辦委員會（New York New Jersey Host Committee）提供的接駁巴士，更受到不少球迷歡迎。接駁巴士由紐約曼哈頓指定地點直達大都會人壽體育場，單程票價10美元，往返20美元，價格遠低於鐵路專列，而且無需中途換乘，因此成為不少球迷前往球場的首選交通方式。

選擇鐵路出行的球迷，則需先搭乘列車抵達Secaucus Junction，再換乘Meadowlands專線列車前往球場。比賽日期間，官方安排專列約每10分鐘發車一班，以應對觀賽客流。

停車費用仍未調整

公共交通票價雖然有所下降，但停車費用目前仍維持高位。根據賽事安排，大都會人壽體育場比賽日實行預約停車制度，普通觀眾大多需將車輛停放在American Dream商業中心指定停車區域，官方停車費約225美元/輛。停車後，球迷還需步行約2.1公里（約1.3英里），約30分鐘才能抵達球場入口。

此外，Uber、Lyft等網約車也只能在指定區域上下客。比賽結束後，由於大量觀眾集中離場，不少球迷反映候車時間較長，部分訂單因動態計價出現漲價。

官方持續優化運輸方案

針對前幾場比賽暴露出的交通壓力，新澤西交通局陸續增加世界盃專列班次，增派現場工作人員，加強錫考克斯樞紐站換乘引導，並優化球場周邊客流疏導措施。官方同時建議觀眾提前數小時抵達球場，盡量避開賽前和賽後的客流高峰。

安保措施同步升級

隨著比賽觀賽人數不斷增加，大都會人壽體育場及周邊區域的安保壓力同步上升。比賽期間，現場曾出現個別觀眾在入場環節插隊、試圖違規進入限制區域，以及觀眾之間發生短暫爭執等情況，均由現場安保人員與警方及時介入處理，未對比賽正常進行造成影響，也未出現大規模安全事件。針對上述情況，紐約市警察局（NYPD）、新澤西州警方及相關聯邦執法部門，已在賽事期間加強聯合安保部署，在球場入口、看臺通道、錫考克斯樞紐站（Secaucus Junction），以及紐約賓夕法尼亞車站（Penn Station）等重點區域增加巡邏力量。

同時，球場安檢流程進一步強化，包括：入場安檢分流、隨身物品檢查，以及重點時段人流管控，並配合增加現場引導人員，以減少排隊擁堵時間，提升整體入場效率。官方同時提醒觀眾提前抵達球場，預留充足時間完成安檢流程，並配合現場安全指引，以保障賽事順利進行。

移民詐騙花樣翻新　紐約州發布防騙指南

【看中國記者田淨心綜合報導】6月15日，紐約州州務廳發出正式警告，提醒民眾尤其是新移民注意防範移民詐騙。詐騙分子經常利用複雜的移民法律體系，針對正在申請公民身分或移民福利的移民，竊取個人信息或騙取錢財。此類詐騙對英語能力有限的移民影響尤為嚴重。

紐約州務卿沃爾特・T・莫斯利（Walter T.Mosley）表示，詐騙分子正在利用努力遵守規則、追求更好未來的移民，破壞公眾對移民系統的信任。他呼籲民眾保持警惕，僅從官方可靠渠道獲取信息，並及時舉報可疑行為。

假冒移民官員和代理人

詐騙分子可能冒充美國移民與海關執法局（ICE）、海關與邊境保護局（CBP）、美國公民及移民服務局（USCIS）或移民審查執行辦公室（EOIR）的官員。官方機構主要通過郵寄信件聯繫申請人，僅在少數情況下使用.gov結尾的電子郵件。USCIS和EOIR不會通過簡訊、社交媒體或第三方App進行重要溝通，也不會要求通過現金、Zelle、Venmo、Apple Pay或加密貨幣支付費用。

假冒聯邦執法人員敲詐勒索

詐騙分子可能冒充ICE或CBP官員，登門或致電要求支付錢款，否則威脅驅逐出境。民眾有權要求對方出示司法搜查令（judicial warrant），無需立即開門或配合。

假律師和假非營利法律服務

詐騙分子在社交媒體上冒充律師或非營利組織，使用假網站和假視頻會議（如Zoom、WhatsApp）偽造面試或聽證會。真正的移民法院聽證會僅通過官方郵件、EOIR帳戶或Webex進行，且USCIS官員與EOIR法官不會共同出現在同一場聽證或面試中。

釣魚詐騙（Phishing）

通過郵件、短信、電話或社交媒體冒充政府機構，要求提供個人信息或支付費用。

移民服務提供商詐騙

只有持牌律師和司法部認可代表才能提供移民法律諮詢。旅行社、翻譯公司等不得提供法律建議，僅可協助翻譯或填寫表格。

公證人詐騙

美國公證人（Notary Public）並非律師，不能提供移民法律代理或建議。

多樣性簽證抽籤（Visa Lottery）詐騙

官方抽籤完全免費，任何人不得收費或承諾提高中籤率。

假工作和培訓機會詐騙

勿為「保證就業」或「快速培訓」支付前期費用。

官方建議與求助渠道：紐約州新美國人辦公室（Office for New Americans）提供免費幫助。

新美國人熱線：1-800-566-7636（週一至週五上午8點至晚上8點，週六週日上午9點至下午5點，聯邦假日除外）。

熱線匿名接聽，可協助舉報移民詐騙並轉介至相關部門。

紐約公共人才招聘計畫 補關鍵職位空缺

【看中國紐約訊】紐約州長霍楚（Kathy Hochul）於6月23日宣布延長「紐約州緊急有限安置招聘計畫（NY HELPS）」。這是一項公共服務招聘計畫，旨在加快紐約州及地方政府機構任命和聘用優秀人才，以填補向公眾開放職位的速度。並已獲紐約州公務員委員會批准延長至2028年6月30日。

這一計畫暫時免除了許多面向公眾開放的政府職位的考試要求，使求職者進入公共部門工作變得前所未有的便捷。延長NY HELPS計畫，體現了霍楚州長重建並壯大紐約州公共部門人才隊伍的歷史性承諾。作為該承諾的一部分，州政府近期還宣布啟用了12個新建計算機化考試中心中的首個中心，旨在讓現有州政府員工參加公務員晉升考試變得更加便利。

通過NY HELPS，求職者可以申請面向公眾開放的職位，只要他們符合這些職位的最低資格要求及其他任職條件。

自最初的HELP計畫於2023年啟動（並於2024年擴展，並更名為NY HELPS）以來，已有超過6萬個州及地方政府職位通過該計畫完成聘用。NY HELPS計畫在直接護理，以及關鍵衛生與公共服務崗位（包括：直接支持助理、註冊護士和心理健康治療輔助人員）的招聘方面成效顯著。如須瞭解關於州及地方層面HELPS聘用情況的詳細統計數據，請查詢網站：cs.ny.gov/help。

儘管NY HELPS計畫為州及地方機構，以及求職者，提供了快速招聘通道，但公務員事務部也在積極拓展現有州政府雇員的職業晉升機會。

5月，該部門宣布在奧爾巴尼縣科霍斯（Cohoes）開設一個新的計算機化考試中心。這是計畫於2027年底前啟用的12個中心中的首個。這些中心將遍布紐約州各地區，為有意通過參加晉升考試以謀求職業發展的州政府雇員，提供現代化，且便捷的考試服務。

隨著全州各地計算機化考試（CBT）中心的啟用，公務員晉升考試的舉辦頻率將提高，從而為考生提供更多職業發展機會；考試成績的發布也將更加迅速，同時考生還能自行安排考試時間。

霍楚州長還於2025年10月宣布，公務員事務廳（Department of Civil Service）更新了約800個入門級及晉升類公務員職位的任職資格要求，允許在評估求職者時，將同等經驗作為大學學位的替代條件予以考量。

Adobe Stock

此外，該州設立了10個「政府職業中心」，為求職者提供有關公務員制度及職業發展機會的指導。同時，州長還取消了州政府的招聘凍結令，並擴大了殘障人士及退伍軍人的就業機會，以進一步支持公共部門的勞動力隊伍。

如須瞭解更多關於在紐約州政府工作的信息，以及如何邁出下一步以追求並發展一份回報豐厚的職業，請訪問公務員事務廳（Department of Civil Service）網站：cs.ny.gov，並在Facebook、Instagram、X和LinkedIn上關注該部門。

紐約市新法 保護工人免受極端高溫影響

（紐約市長新聞辦公室）

【看中國紐約訊】6月22日，紐約市長馬姆達尼（Zohran Mamdani）簽署了一項行政命令，指示採取全市政府層面的應對措施，保護勞動者免受極端高溫的危害，這是紐約市歷史上首個此類方案。

在工會、社區組織、市府部門負責人及廣大勞動者的見證下，紐約市長馬姆達尼在市政廳簽署了這項行政命令。該行政命令是根據紐約市應急管理局（NYCEM）現有的「戰勝酷暑」（Beat the Heat）居民服務項目，將同樣的關注與資源延伸到了廣大勞動者群體（他們長期面臨氣溫升高帶來的威脅，卻缺乏相應的保護措施）。

該行政命令指示衛生與心理衛生局（DOHMH）、紐約市應急管理局（NYCEM），以及全市行政服務局（DCAS），制定並分發針對戶外工作者的多語言高溫安全指引，並要求盡早於今年落實；針對室內工作者的指引，則將於2027年3月1日前發布。

同時，行政令還要求所有由市長管轄的機構制定，並實施針對市政雇員，及承包商的防暑降溫計畫。衛生與心理健康局受命研究極端高溫與工傷賠償索賠之間的關聯，並評估是否應將高溫相關疾病列為須報告的健康狀況。建築局（DOB）將審查並強化施工現場的高溫安全要求，相關建議須於2027年3月1日前提交。此外，該行政令還重申了對戶外作業人員的既有保護措施，包括：確保使用衛生設施與關於工作場所情況報告的規定。

此項行政命令是本屆政府更廣泛的高溫應對策略的一部分。6月初，市長發布了一項公益公告，呼籲紐約市民在極端高溫天氣下保持警惕，並識別熱衰竭的症狀。紐約市歷史上首次有全市超過2200個LinkNYC信息亭將顯示實時步行指引，引導市民前往步行10分鐘路程內最近的紐約市避暑中心。隨著避暑中心在高溫緊急情況下開放或關閉，這些信息亭，將利用來自全市「避暑場所查詢工具」（Cool Options Finder）的數據，自動更新信息，查詢網站：finder.nyc.gov/coolingcenters。

每年夏季，逾140萬紐約人（占該市勞動力的1/3），需要在戶外長時間工作，其中包括：建築工人、日薪零工、街頭小販、快遞員、卡車司機和倉庫工人。高溫，每年導致紐約市500人死亡，使其成為紐約人面臨的最致命的氣象相關危害之一。

法拉盛公共圖書館近期活動

【看中國紐約訊】法拉盛公共圖書館近期活動如下：

1.手工製作小組(英語)

一小時的手工時光！帶上您正在進行的手工（如：編織、鉤針、刺繡等），融入創意社群。結識共同興趣的手工愛好者，交流創意與靈感。（現場不提供製作材料）

時間：6月26日（週五）下午3點～4點。

2.零失誤求職信(英語)

本次工作坊將指導您撰寫並針對不同職位定製求職信，提升求職信撰寫技巧。（可提供29個座位）

時間：7月2日（週四）上午10點半～中午12點。

地　址：41-17 Main Street, Flushing,NY 11355。

著名中醫大師倪海廈弟子—黃婷醫師主理

Angel Alliance
PT & Acupuncture

無痛生活之旅從這裡開始

診所提供多種服務

物理治療、針灸、中草藥、拔罐、推拿、芬芳療法、微針美容、生物電療法、泥療膏熱敷、善於治療各類痛症、婦科、備孕、IVF備孕、不孕不育等。

我們接受大部分醫療保險。如果患者的保險不涵蓋針灸和物理治療服務，我們也提供經濟實惠的支付套餐。

CareFirst Oxford UnitedHealthcare Molina Healthcare Medicare AARP aetna Cigna Anthem

皇后區、曼哈頓、長島均有診所

諮詢電話 (347) 882-5284

Wongs Acupuncture

黃婷醫師

執業針灸師和物理治療師
精通傳統中醫和現代物理治療技術，
提供全面的護理，解決各種健康問題。

整齊牙科 가지런이 치과
PRIME SMILE DENTAL 718-460-9441

親水性植牙適合糖尿病、骨質疏鬆患者的植牙

具備德國、瑞典產植牙，針對不同病人提供多種選擇

◆ 3D數位導航植牙
- 準確度高
  3D電腦掃描，精確判讀患者口內的3D立體影像
- 安全性強
  醫師可以預知體質缺損修補方案，以保障患者的健康與安全
- 傷口小、流血少、速度快
  特別推薦老年人及高血糖、高血壓患者，手術切口極小、術後恢復快
- CAD/CAM設備
  最新口腔掃描技術，精密微創植牙
- 手術時間短、疼痛感低
  回訪次數減少，最適合忙碌上班族

◆ 美容牙科
瓷牙貼片、激光美白、zoom美白

◆ 牙齒整型/矯正
牙齒矯正、舌側矯正、透明矯正、快速矯正

◆ 交通事故特殊治療
接受汽車保險賠償

◆ 當天植牙
從拔牙到植牙,一天完成，療程短，美觀舒適

氧化鋯植牙/數位導航植牙/當天植牙

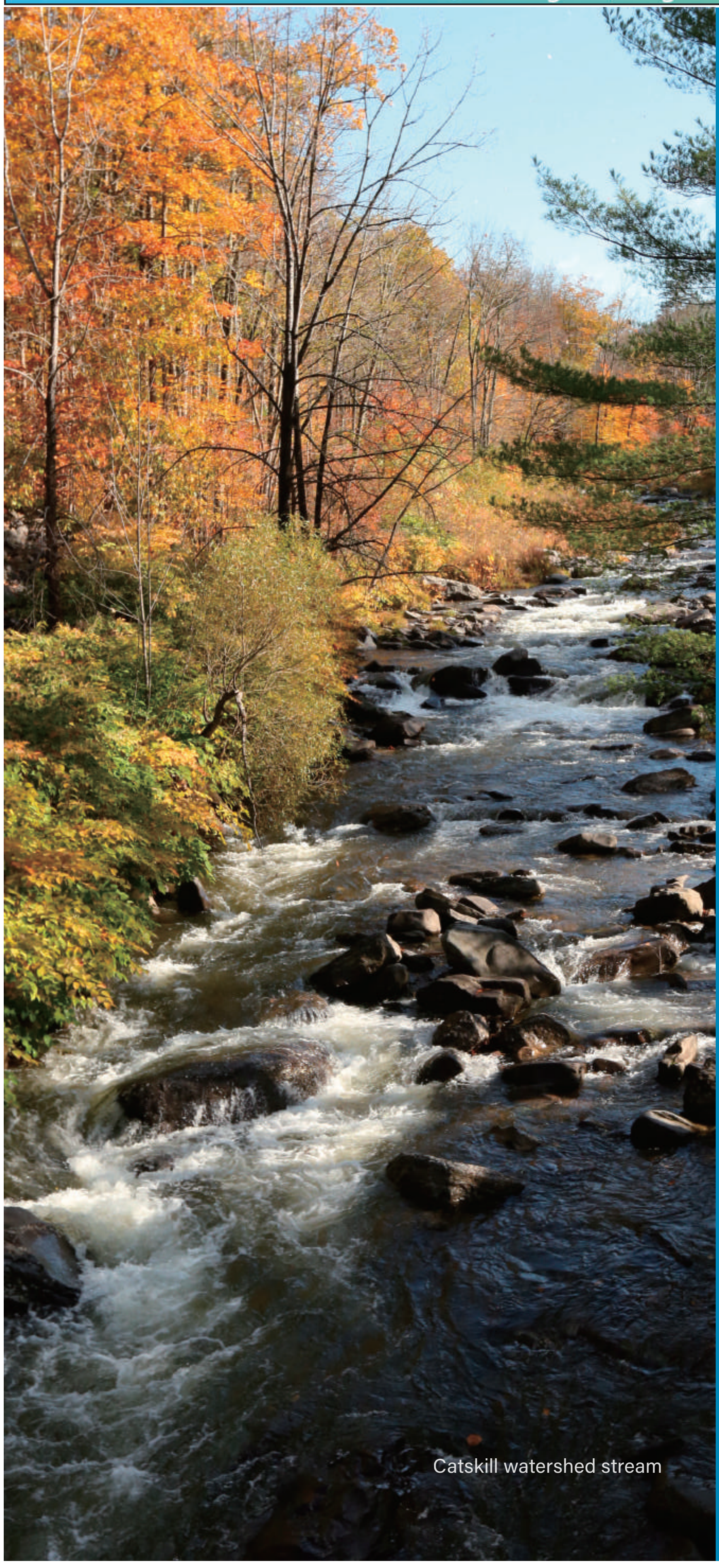
速度快、無痛、無切開

2014年~2018年名列美國最好牙醫

母親節/父親節 特價
植牙：植2+送1（親友可共享） 活動假牙：40%OFF
滿口植牙：$28,800 牙齦治療：40%OFF
檢查/拍照（X-ray）$20
（6/30/26截止）

地址：38-34 Parsons Blvd #1A, Flushing, NY 11354 星期一至星期五開診 提供中文服務 接受各類保險 有停車位

新澤西分部 地址：321 Broad Ave., Building F#5, Ridgefield, NJ 07657 星期二、四、六開診 電話：201-313-2277 傳真：201-496-6124



Catskill watershed stream

現可閱讀《2025 年紐約市飲用水供應和品質報告》。

進入 nyc.gov/waterqualityreport 查看本報告，或者撥打 311 請求獲得副本。

報告中詳細介紹了有關水供應和提供給您的優良飲用水的品質資訊。

能夠每天為近 1000 萬紐約人提供 10 億加侖的優質飲用水，我們倍感自豪。

掃描該 QR 碼或撥打 311 請求獲得您的副本。

NYC Environmental Protection

Zohran Kwame Mamdani
市長

Lisa F. Garcia
委員

看 文化
文史 博談 命理 健康 美食
看中國 VISION TIMES
www.kanzhongguo.com www.visiontimes.com
美東版 | 第1061期C版 | 2026年6月26日～7月2日

揭祕 | 石獅子頭頂上的那些祕密

文 | 小光

如果你曾在中國的街頭巷尾漫步，無論是在莊嚴的故宮門前，還是那些古老的豪門府邸，甚至是現代銀行的路口，你一定見過那一對威風凜凜、蹲坐如山的石獅子。

太和門銅獅子：ABCDSTOCK/ADOBE STOCK；雌雄獅：EMOJI SMILEYS PEOPLE/ADOBE STOCK

▲北京故宮太和門前銅獅子，是故宮體型最大，最威武的古銅獅。

它們像是沉默的門衛，穿越了千年的風霜。但你有沒有想過，為甚麼這些獅子總是長得不像現實中的非洲獅？為甚麼它們一左一右，腳下還踩著不同的東西？甚至細心的人又會發現，這些獅子們頭上的「捲毛」數量都不是一樣的。

其實，在中國古代，大宅門前的石獅子不僅是裝飾，更是這座宅第主人官階、身分、地位的象徵。

在遙遠的東漢時期，獅子作為西域盟友贈送給大漢皇帝的「稀罕禮物」，跨越千山萬水來到中原，這樣說起來，獅子並非中國本土物種。當時的人們沒見過這種威猛的野獸，只能將其與傳說中的麒麟、龍鳳等瑞獸聯想在一起。隨著佛教傳入，獅子又成了文殊菩薩的坐騎，身分瞬間從而升格為「護法神獸」。這種混合了現實與信仰的濾鏡，讓中國石獅子的形象逐漸脫離了其本來的生物學特徵，演變成那種圓頭大耳、鼻闊口方，既威嚴又帶點喜感的模樣。

當我們站在一對石獅子的大門口，又怎麼分辨它們的雌雄呢？其實分辨性別最簡單的方法，就是看它們腳底下的「玩具」。雄獅的腳下通常踩著一個碩大的繡球。這個球可不是拿來隨便玩的，它象徵著統一、權力與寰宇，代表主人在權勢上的掌控力；而雌獅的腳下（或是兩腿之間）則撫弄著一隻活潑的小獅子，這寓意著子孫昌盛、福澤綿延，在工藝術語中被稱為「太獅少獅」。「獅」與「師」同音，在周代官制中，「太師」與「少師」都是位極人臣的高官。因此，這對「母子獅」其實暗藏了主人對家門代代出高官的深層暗喻。

◀「母子獅」暗喻家門代代出高官，雄獅腳下踩著一個繡球，它象徵著統一與權力。

再看看石獅子身上最硬核的知識點，就是在它們的腦袋上的「頭髮捲」。

如果你湊近觀察，會發現石獅子的髮型很有個性，滿頭都是螺旋狀的鬈毛疙瘩，這在中式建築上被稱為「螺髻」。這些疙瘩可不是隨便刻的，數量多寡嚴格對應著主人的政治地位。

按照禮制，一品官員或是公、侯等頂級貴族的府第，石獅頭上的鬈毛疙瘩規定為十三個，民間俗稱「十三太保」。這已經是當時文臣、武將所能達到的最高配置。從一品往下，每降一品，疙瘩的數量就要遞減一個，例如：二品官只能有十二個，三品官十一個，以此類推；到了七品官以下，按理說是連在門口擺放石獅的資格都沒有的。所以古代人出門辦事，根本不用看門牌，數數石獅子頭上的疙瘩，就能知道這家主人的官威到底有多大了。

除了腦袋，石獅子腳下的基座，叫做「須彌座」，同樣大有文章。這就像是一幅微型浮雕畫卷，把古代人的所有願望都放上去了。

在清代的石獅基座上，你可以看到四面刻著不同的吉祥圖案。正面通常刻著一個花瓶，瓶子裡插著三支戟，旁邊可能還有一個盤子。這裡運用了大量諧音：瓶（平）、盤（升）、三支戟（三級），合起來就是「平升三級」，祝願主人官運亨通。右面則常刻牡丹與松柏，象徵「富貴長春」，這既是財富的展示，也是對長壽的希求。左面則是儒家社會最崇尚的「文房四寶」，暗示這家人不僅有權勢，還是書香門第、文人雅士。最後，背面往往刻著八卦太極圖，這才回歸了石獅子最基本的功能——鎮妖驅邪、保境平安。

石獅子的配置，不僅是地位的象徵，還可以說是一種「風水保險」。在古人眼中，宅院的門戶是氣流的出入口，也是最容易受外邪侵擾的地方。石獅子守在大門兩側，雄獅負責招財進寶、鎮守權力；雌獅負責守護家宅、繁衍後代。這種分工明確的守衛系統，在長達千年的時間裡，給予了宅邸中的眾人靈性上的極大安全感。

而那些負責雕刻石獅的工匠，也會在石獅的口中雕刻一顆可以轉動卻吐不出來的石球。除了考驗工匠的雕刻技術，更寓意著「守口如瓶」，意思是提醒為官者與治家者要謹言慎行。

隨著時代的遷徙，石獅子的形象也在發生微妙的變化。宋代的獅子通常比較清秀、靈動，甚至帶點優雅；到了明清，獅子的形象變得越來越威嚴、繁複，這也反映了封建中央集權在審美上的投射。在某些地方，路過的百姓會摸摸石獅子的頭或鼻子，認為這樣能沾點福氣，或祛除病痛。

如今行走於現代都市之間，我們依然能在鋼筋水泥的叢林裡看見石獅子的身影。它們頭上的鬈毛或許早已不再遵循「十三太保」的古老禮制；守護的對象也從王府大院，變成了跨國銀行的保險庫。但對平安、成功與傳承的堅定守護，仍然透過那雙圓睜的石眼，在歲月風霜中不曾改變。

下次，當你在某個古蹟或老宅門口路過時，別只是匆匆拍照，不妨停下腳步，試著數一數它頭上的螺髻、看一看它腳下的圖案，或者觀察一下那隻調皮的小獅子，試著感受一下——在沉默的石獅背後，那段穿越千年的人世沉浮。

趙孟頫寫《心經》換茶 仇英筆下的文人雅事

文 | 趙若蘭

〈明仇英換茶圖文徵明書心經合璧卷〉，絹本設色，藏於臺北故宮博物院。是由「明四家」中兩位大師——仇英作畫，文徵明書寫《摩訶般若波羅密多心經》而成。附文徵明兒子文彭、文嘉題跋，內容為元代書畫大家趙孟頫寫《心經》和老友中峰明本禪師換茶的故事，乃國畫、書法珠聯合璧之珍品。

趙孟頫（公元1254～1322年），字子昂，號松雪道人。南宋和元朝代官員、書畫家，為元代文人畫和書法的領袖人物。中峰明本禪師（公元1263～1323年），俗姓孫，元朝高僧。

趙孟頫以愛茶聞名。「寫《心經》換茶」是一個著名的典故，說的是趙孟頫為了品嘗老友中峰明本禪師的好茶，特地書寫一幅《心經》來交換茶葉。

根據本卷拖尾，明代畫家文徵明（公元1470～1559年）長子文彭、次子文嘉的題跋可知：畫作源於明代鑑藏家昆山周于舜（公元1523～1555年）有感於趙孟頫所書《心經》佚失，於是請文徵明書寫《心經》，由仇英繪圖。

仇英（約公元1494～1552年），字實父，號十洲。早年曾為漆工，受文徵明稱譽而知名。明代院體畫高手周臣賞識他，傳授畫藝。仇英作品題材廣泛，擅長人物、山水、界畫等。

這幅畫描繪的主要場景是一片松林下，趙孟頫和中峰明本禪師對坐，他在石桌上攤開紙張，似乎正要動筆書寫《心經》。此時，一位手捧一物（應為茶包）的侍童，正走向趙孟頫。趙孟頫遂側身看著前來的侍童。

左方不遠處的松林下，另一位蹲著的侍童正聚精會神煮著水，準備要泡好茶。更遠處的竹籬旁，還有一位侍童也捧著一包物品，身後圓臺上有兩隻喜鵲正在覓食。

臺北故宮博物院

▶趙孟頫為了品嘗中峰明本禪師的好茶，特地書寫一幅《心經》來交換茶葉。

文彭題跋：「逸少書換鵞（鵝），東坡書易肉，皆有千載奇談。松雪以茶戲恭上人，而一時名公盛播歌詠。其風流雅韻，豈出昔賢下哉……」

意思是說：王羲之（字逸少）寫《黃庭經》以換取白鵝，蘇東坡書寫作品換來豬肉，都成為千古軼事奇聞。松雪道人趙孟頫用「茶戲」對待恭上人（指中峰明本禪師）之事，名士公卿為之歌詠，此文人雅事，哪會輸給古代賢士？

文嘉識語：「松雪以茶葉換般若，自附於右軍以黃庭易鵝，其風流蘊藉，豈特在此微物哉？蓋亦自負其書法之能繼晉人耳……」

意思是說：松雪道人寫《心經》來換茶，是比照王羲之（官拜右軍將軍）寫《黃庭經》換白鵝之事。趙孟頫風流蘊藉，豈是愛此微物嗎？實乃他自負書法能繼承王羲之啊！

照護者專訪系列

一個 App 讓出行不再是賭注

科技創業者 David Sirota 打造 ROLLIN 為輪椅家庭找回出門的信心

【看中國記者 Sarah Shao 採訪報導】對科技創業者 David Sirota 來說，ROLLIN 這款應用程序的誕生，源自一段切身的成長記憶。他的父親患有顏面肩胛肱骨型肌肉萎縮症（FSHD），行動能力逐年受限。目睹父親與家人每次出行前的種種不確定與焦慮，Sirota 決定用技術去解決這個問題。ROLLIN 應運而生，幫助使用者在出門前便能確認餐廳、商家及公共場所的無障礙設施狀況。

對許多有特殊需求的家庭而言，一次看似平常的外出，往往暗藏重重障礙——輪椅坡道是否可用？走道夠不夠寬？廁所能否進入？這些疑問若無法事先釐清，出行便成了一場賭注。

「以前大家只能打電話去問，或者提前親自去探路。久而久之，人就失去了出門的意志。」如今，ROLLIN 已收錄逾十萬五千個地點的詳細無障礙信息，讓使用者在離家之前便能安心規劃行程。Sirota 指出，現有網絡平臺在無障礙信息上的呈現方式過於簡化，往往只有一個勾選欄位——「無障礙：是 / 否」——卻無法反映現實情況。「我陪父親去過不少標榜無障礙的地方。但那到底是甚麼意思？他進得去嗎？走道夠不夠寬讓他通行？廁所能用嗎？停車場方便嗎？」

為填補這一落差，ROLLIN 採用零至一百分的多維度評分制度，涵蓋輪椅入口、廁所無障礙設施、走道寬度、停車場、電梯及通道狀況等指標，並進一步將環境細節納入考量。

ROLLIN 提供

▲ROLLIN創辦人 David Sirota

「我們現在連採光都評分——太暗還是太亮？這些細節比很多人想像的更重要。」

這套系統旨在以清晰的信息取代猜測，讓用戶真正瞭解一個地方是否符合自身需求。

Sirota 強調，無障礙問題影響的不只是行動不便者本身，同樣波及整個家庭。「家人在不知不覺中就成了照顧者。」他憶述父親行動能力日漸衰退時，整個家庭所承受的重壓：「看著父親因為再也無法做以前喜歡的事而陷入鬱悶，那種心情會感染他的妻子、他的孩子，也感染了我。」

對照顧者而言，出行前的資料蒐集與不確定感往往是最沉重的心理負擔。ROLLIN 希望提供可靠信息，讓家庭能夠真正享受共處的時光。「我知道這個地方無障礙——我們在 ROLLIN 上找到的。這讓家人終於可以放鬆，好好在一起。」

Sirota 亦希望 ROLLIN 能推動社會對無障礙議題的更廣泛討論。「我們希望人們開始思考：我們怎樣才能變得更包容？無障礙至今仍不是主流。」

在他收到的用戶回饋中，有一則令他印象深刻：一名叫 Tom 的用戶寫道，他的父親使用輪椅，而他們總是清楚知道城裡每一個無障礙的好去處。「那條信息很有力量，讓我們知道，我們並不孤單。」

展望未來，Sirota 的目標不止於餐廳，而是涵蓋步道、活動場所乃至整座城市。平臺計畫於 2027 年前將收錄地點擴展至一百萬個，成為輪椅使用者、照顧者、推嬰兒車的父母等各類有無障礙需求人士的首選生活工具。

「我們想成為出行無障礙的第一參考來源，讓生活更輕鬆一點。對照顧者，我想說——有人理解你正在經歷甚麼。」沒有任何工具能解決所有問題，但 ROLLIN 的目標，是讓家庭少花一點時間在障礙上打轉，多留一些時間，好好共度生活。

她懂得 因為她也走過同樣的路

職能治療師Crystal Covington與特需家庭同行近20年

【看中國記者 Sarah Shao 採訪報導】Crystal Covington 是一位職能治療師，同時也是教育工作者、創業者與倡議人士。近二十年來，她致力協助兒童與家庭建立更獨立、更豐盈的生活。她本人既是自閉症的手足，又是自閉症孩子的母親——這份雙重身分，讓她與所服務的家庭之間，產生一種難以言喻的共鳴。

Covington 最初並非奔著職能治療而去。「我本來想當獸醫。」就讀 Bucknell 大學時，她一開始主修化學，後來輾轉探索不同的職業方向，比較了職能治療、物理治療與語言治療三個領域之後，決定走上職能治療這條路。她在紐約布魯克林的長島大學取得學位，其後在紐約市公立學校體系服務逾 16 年，並曾於 Young Adult Institute 任職，為住宿機構中有發展障礙的成人提供支援。如今，她仍持續執業，同時兼任 Dominican University 的兼職副教授，並經營多項以倡議與無障礙為核心的業務。

驅動她的，是一份深植於家族經歷的熱情。她的兄弟患有自閉症及智能障礙，而她的兒子同樣被診斷為自閉症合併注意力缺陷過動症（ADHD）。「我一直帶著手足的視角。現在成了媽媽，又是另一種看法。」正因為有這樣的親身經歷，家長們往往覺得與她分享時格外自在。「當我說出自己的處境，他們就不會覺得被評判——因為我走過同樣的路。」

談及照顧者的意義，Covington 直指「生活質量」的核心。「能夠作為一個家庭享受生活，而不是每天都在苦苦撐持。」她觀察到，許多照顧者長期將全副精力傾注在他人身上，卻忽略了自己的需要。「照顧者耗竭是真實存在的。照顧他人固然重要，但你也必須好好照顧自己。」

資源匱乏，是她反覆提及的挑戰。從紐約市皇后區搬到橙縣（Orange County）後，她深刻感受到城鄉之間的落差。「在市區，暑期學校和自閉症特殊項目琳瑯滿目；搬到這裡，甚麼都沒有。」她也看到許多家庭在面對孩子長大成人後的未來時，感到茫然無措。「當這個孩子到了四、五十歲，怎麼辦？我們需要更多資源，幫助家庭為未來作好規劃。」

儘管如此，Covington 每天仍從點滴進步中汲取力量。她提到一名十歲的自閉症男孩，去年秋天開始接受她的治療。初診時，孩子情緒爆發頻繁，抗拒參與。如今，每次她一進門，男孩便主動走過來坐好，靜靜等候她開始。「他現在能夠更主動地用語言表達，自己做選擇，也更積極地參與活動。他的父母都看到了這些變化。」

展望未來，Covington 相信社區可以扮演更積極的角色，為照顧者提供支持，減少他們的孤立感。「我們需要社區更加開放包容。家庭應該能夠走進學校、教堂、各種活動和公共空間，而不必擔心被指指點點。」

她也呼籲社會加大對殘疾服務項目與相關專業人員的投入。「我們應該把資源投入到各種項目中，讓每個人都能過上健康、均衡的生活。」對於感到不知所措的照顧者，她說：「多問問題，尋求支援，也要相信自己——你最瞭解你的孩子。」透過臨床工作與倡議行動，Covington 持續向家庭傳遞一個信念：你們並不孤單。只要獲得適當的支持，便能走出求生模式，迎向充滿可能的生活。

文革60週年 幽靈遺毒死灰復燃

文 | 傅龍山

1966年，晚年的毛澤東以極端變態扭曲的心理發出了〈五一六通知〉，啟動中共治下的「文化大革命」——集體殺戮。宋永毅教授指出，毛澤東發動文革的邏輯是建立在獨裁者晚年扭曲、變態的心理基礎上的。

JEAN VINCENT / AFP VIA GETTY IMAGES

▲ 1966年，文化大革命爆發，紅衛兵揮舞著毛語錄走上北京街頭。

文革過去60年了。一甲子後的今天，當我們重新審視這份當年僅限「師團級以上幹部」傳閱的絕對機密文件，會發現紅魔的幽靈從未真正散去。

獨裁者的變態心理

宋永毅教授在華視「三國演議」節目剖析指出，當時這個〈五一六通知〉並不是公開文件，它是中共中央的一個絕對機密的內部，僅在師團級以上的幹部才有權閱讀。

宋永毅解釋：它並不是「中共中央關於無產階級文化大革命的通知」，其實就兩個字，就叫「通知」而已。當時是一個機密性的文件，今天之所以把它說成是一個綱領性的文件。是因為這個通知，是第一次提出了無產階級文化大革命……也就是說，以前的革命僅僅是在文化的領域，但就在516通知以後就進入政治領域了。

毛澤東的病態心理「三部曲」

為甚麼毛澤東要發動這場文革呢？宋永毅將毛澤東的病態心理分析歸納為「三部曲」。

一是極度多疑：

獨裁者在奪權路上用盡陰謀詭計，掌權後必然對周圍充滿猜忌。

二是假想敵與大清洗：

在缺乏安全感的情況下，將身邊的人假想為敵人。當年毛澤東整天擔憂「赫魯曉夫式的人物睡在身邊」，毛澤東頭號暗指的對象，正是中共黨內的二號人物——劉少奇。隨後，他又無中生有地編造了彭真、羅瑞卿、賀龍，乃至林彪的「政變」陰謀。

三是老化後的心理扭曲：

隨著毛澤東年齡增長，對失去權力的恐懼加劇了人格的變態，最終以維持個人獨裁為唯一目的，發動顛覆國家的政治運動。

宋永毅分析，毛澤東晚年最大的心理陰影，就是1956年蘇聯的赫魯曉夫在史達林死後發表祕密報告、對史達林進行全面清算。毛澤東看著在黨內威望日漸升高的劉少奇，就認定自己死後，劉少奇一定會成為中國的赫魯曉夫，對他清算鞭屍。因此，發動文化大革命的根本動力之一，就是毛澤東要在自己生前，徹底打倒這個「睡在身邊的赫魯曉夫」，以確保自己的歷史地位不受挑戰。

公有領域

◀ 1948年，劉少奇和妻子王光美、兩個孩子在北京合影。

周恩來、江青整死劉少奇

1966年文革初期，面對紅衛兵的混亂，劉少奇按照黨內常規派出了「工作組」去穩控學校局面。這本是毛澤東點頭同意的。但毛澤東隨後迅速變臉，指責工作組是「鎮壓學生運動」，並在1966年8月5日，寫下了〈炮打司令部——我的一張大字報〉。這張大字報雖然沒有點名，但全黨都知道，所謂的「資產階級司令部」就是在指劉少奇。

身為國家元首，劉少奇在文革中遭受的迫害之慘烈，至今令人不寒而慄，這也印證了極權體制下「沒有任何人是安全的」。劉少奇和妻子王光美，遭到紅衛兵無數次的野蠻批鬥、毆打與羞辱。

被軟禁期間，劉少奇身患重病，但中央專案組在周恩來、江青等人的運作下，刻意削減用藥，僅維持他不死，以拖延等待在中共八屆十二中全會上，將劉少奇定性為「叛徒、內奸、工賊」，並且「永遠開除出黨」。

1969年，病入膏肓、全身赤裸只裹著一條被子的劉少奇，被祕密押送至河南開封。同年11月12日，他在孤獨與痛苦中悲慘離世，白髮一尺多長。火化時，他的名字被化名為「劉衛黃」，職業登記為「無業」。

極權下人民總成權鬥耗材

如果說文革是高層權鬥的極致展現，那麼為何整個中國社會會隨之陷入瘋狂？宋永毅教授提出了一個發人深省的觀點：文革的發生，是最高領袖的權力意志與底層民眾「崇拜暴政、反智主義」相結合的產物。

在中共奪權後的歷次運動中，人民被剝奪了獨立思考的能力。當獨裁者需要炮打司令部時，群眾便淪為被煽動的暴力工具；當運動結束，群眾又立刻被拋棄，甚至遭到更嚴酷的鎮壓。又加之鄧小平主導的〈關於建國以來黨的若干歷史問題的決議〉，錯失了徹底清算毛澤東罪行的時機。這項歷史性的妥協，導致了今日「文革2.0」的死灰復燃。

鄧小平不惜一切保黨留下禍患

1981年由鄧小平主導通過的〈關於建國以來黨的若干歷史問題的決議〉（以下簡稱〈歷史決議〉），是中共黨史上最具決定性的轉折點之一。這份文件在表面上終結了文化大革命的狂熱，但實質還是為保穩中共極權。

在〈歷史決議〉正式定稿前，中共中央於1980年10月，召集了約四千名高級幹部，進行長達一個月的討論。這些與會者幾乎都是在文革中遭受殘酷迫害、甚至曾在秦城監獄中九死一生的高層人物。

會上有激烈的批毛聲浪，當時氣氛極度沸騰，甚至有聲音要求追究毛澤東的歷史與法律責任。可惜的是，面對這種可能徹底摧毀毛澤東神壇的聲浪，鄧小平展現了其強硬的政治手腕。鄧小平親自定調：「毛澤東同志的功績是第一位的，錯誤是第二位的。」

鄧小平強行壓下了四千人擴大會議上的反思聲浪，並提出了「四項基本原則」（堅持社會主義道路、堅持無產階級專政、堅持共產黨的領導、堅持馬列主義毛澤東思想），以此畫出了不可逾越的政治紅線。

為了保黨，〈歷史決議〉採取了高度政治化的切割技術。決議將文革的災難性後果，大量推卸給林彪集團與江青「四人幫」，而將毛澤東的責任定性為「一個偉大的無產階級革命家犯了錯誤」，決議刻意迴避了對「極權體制」本身的檢討。

〈歷史決議〉留下的體制黑洞，最直接的受害者便是中共黨內的改革派。因為毛澤東的專制大家長作風未被徹底否定，鄧小平得以在實質上繼承這種不受程序約束的「最高權力」。

既然毛澤東凌駕於黨中央之上的行為沒有被徹底清算，鄧小平同樣可以憑藉元老身分，越過政治局常委會的正常程序。這直接導致了1987年胡耀邦被以「生活會」的形式非法罷黜，以及1989年趙紫陽因反對武力鎮壓而遭到軟禁。黨內最有可能推動政治體制現代化的兩股力量，就此被極權體制的魔性所吞噬。

死灰復燃 文革2.0又來了

多年後，薄熙來在重慶大搞「唱紅打黑」，依然具有強大的社會煽動力，其本質就是利用了〈歷史決議〉留下的意識形態漏洞。薄熙來利用毛澤東式的群眾動員、民粹主義和法外手段（如打黑沒收私人財產、活摘並販賣法輪功學員器官）來打擊政敵與積累政治資本。

薄熙來倒臺後，接著習近平還能迅速滑向「定於一尊」的個人獨裁，同樣是因為沒有建立起防範獨裁的制度防火牆——政治改革；今日毛澤東的畫像依然高懸天安門，這讓新一代領導人可以名正言順地要求全黨全軍「忠誠核心」，出版海量的領袖著作，重新掀起個人崇拜、大搞獨裁。

當年的〈歷史決議〉沒有徹底否定殘酷的黨內鬥爭。如今，透過「反腐」名義進行的選擇性清洗，將大批高官送入秦城監獄，其本質與文革時期打倒「走資派」的政治清洗如出一轍，只是披上了現代化的法紀外衣。

1981年的〈歷史決議〉讓中共政權續命，鄧小平只是用經濟上的改革開放掩蓋了政治上的毒瘤。這項妥協讓極權的幽靈從未離開中南海，中國老百姓一而再、再而三的被折騰。

經濟學家程曉農博士亦指出，中共的極權模式在經濟紅利耗盡後，必然會退回高壓控制的老路。習近平在「保證絕對權力」與「發展經濟」發生衝突時，會毫不猶豫地選擇前者。正如毛澤東時代，人民越是一窮二白，國家越能透過壟斷資源來控制社會。

跟著古人去賞荷

文 | 王曉玟

又到了美麗的「賞荷季」！荷花是許多地區園林池塘的嬌寵，大朵的荷花或粉紅如丹，或潔白似玉，猶如一個個風情萬種的美少女。

在傳統文化中，荷花象徵君子身處汙濁環境而不同流合汙的君子品格，因而成為文人歌頌、畫家鍾愛的題材，它的美高潔脫俗，承載著「中通外直、不蔓不枝」的清廉使命，令人敬仰。

象徵品格 高潔純淨

荷花，又名蓮花，古稱芙蓉、菡萏、水芝、君子花、六月春等。

「荷風送香氣，竹露滴清響」是對美麗荷花的生動寫照，而它「出淤泥而不染，濯清漣而不妖」的高貴氣質，象徵著正直、清廉，以及堅守自我的高潔精神，歷來深受古人讚賞，故有「花中君子」之美譽。

古人愛荷 名篇繁多

早在先秦時期，種荷、賞荷之風就開始盛行了，《詩經》中便常見其身影，如〈詩經．陳風．澤陂〉中就寫到：「彼澤之陂，有蒲與荷……彼澤之陂，有蒲菡萏……」

唐詩中描寫荷花的名篇也不少，都是千古名句。

唐代詩人溫庭筠的〈荷花〉云：「綠塘搖灩接星津，軋軋蘭橈入白蘋。應為洛神波上襪，至今蓮蕊有香塵。」

清代石濤則寫到：「荷葉五寸荷花嬌，貼波不礙畫船搖；相到薰風四五月，也能遮卻美人腰。」

其中最著名的當數南宋楊萬里那首〈曉出淨慈寺送林子方〉：「畢竟西湖六月中，風光不與四時同。接天蓮葉無窮碧，映日荷花別樣紅。」

夏日的西湖與其他季節不同，亭亭玉立的荷花，在驕陽輝映下，特別令人賞心悅目。

談起古人的愛荷，其中以北宋詩人周敦頤所寫的〈愛蓮說〉最為人所稱道，「予獨愛蓮之出淤泥而不染，濯清漣而不妖，中通外直，不蔓不枝，香遠益清，亭亭淨植，可遠觀而不可褻玩焉。」此名句不僅描繪了荷花清廉高潔的內涵，也反映出作者堅貞自愛的君子情操。

美荷花圖 生意盎然

古代的荷花圖多得數不勝數，像是陳宏綬、朱耷等大師就以畫荷聞名。

明代畫家陳宏綬畫的〈荷花鴛鴦圖〉，紅蓮花姿態萬千，或含苞、或怒放，下方一對鴛鴦悠然戲水，空中彩蝶飛舞，石後青蛙隱伏覬覦，動靜結合，充滿了生機與意趣。

畫家用筆工整細膩，線條圓勁流暢，花鳥勾勒精細，設色豔麗，層次細膩，呈現出獨特的人文氣息。

T.VOEKLER/WIKI/CC BY-SA 2.0

▶ 在夏日盛開的荷花

明末清初畫僧朱耷一生愛荷、畫荷，他以水墨寫意、沒骨法與簡練筆觸著稱。朱耷筆下的荷花往往不只是自然寫照，更是他孤傲性格及出淤泥而不染的人格象徵。

【中英文對照賞析】

How An Official in Ancient Times Changed Local Customs and Culture

Change is the norm in our modern world. People constantly face the challenge of changing policies, adjusting to change, or both. Understanding what drives change becomes important. Let's look at this story of an ancient official. Maybe his way of changing local customs and bringing improvements to society can serve as a reference.

Changing Family Care for the Better

Xin Gongyi was appointed Governor of Min Province during the Kaihuang period (581 – 600AD) of the Sui Dynasty. The locals were afraid of catching a contagious disease during the time. When someone came down with an illness, everyone, including his or her family would abandon the infected. The person was then left to die alone.

Xin Gongyi believed that the locals' lack of compassion was a grave issue, and he sought ways to reform this custom. So he had hundreds of sick people from the area brought to his office on stretchers. He sat among them during his office hours. He bought medication with his earnings and personally persuaded the ill people to eat.

His actions sent a message: The governor will take care of citizens on their family's behalf.

The family was asked to take them home after they recovered. The families, including sons and grandsons, were ashamed and thanked Governor Xin. From then on, the local people took care of the sick and treated them kindly. The custom changed for the better.

Reducing Number of Lawsuits

Xin Gongyi was later the governor of Bing Province, where he was in charge of judging legal cases. When people were sentenced to prison, he would stay overnight in his office and sleep in the lobby.

His underlings asked him, "Why do you make yourself suffer like this?"

He replied, "People are taken to jail for committing crimes because as the governor, I have not enforced virtue. How can I rest easy while the people under my care are locked away in prison?

Hearing Xin's words, the prisoners fell to their knees in great shame. Crimes became less, and the number of legal cases reduced. Towns and villages became more peaceful.

Society Mirrors the Governor

When torrential rains plagued Shandong Province, causing severe floods from Chenru to Canghai, only the area under Xin Gongyi's governance remained unharmed. During his years as the governor, gold and silver was discovered in the area, increasing residents' wealth.

Xin respected the heavens and was committed to doing good deeds. He strengthened his morals and treated his citizens well. Consequently, he was promoted to a high position and lived for 89 years.

Officials like Xin regarded crimes committed by their subjects as the result of their own bad morals. Natural disasters are avoided when officials are virtuous, the country enjoys peace and the citizens are wealthy.

Source: "Classified Cases of Retribution when the Government Showed Bad Morals" is a collection of stories by Ye Liu from the Yuan Dynasty

古代地方官 如何改變地方風俗

公有領域

一個地方的風俗不好、缺乏仁義，中國古代的地方官是怎樣做的呢？

隋朝的辛公義，在開皇年間，擔任岷州刺史。當地的風俗，害怕被病人傳染。有一人有病，全家都避開他。即使是父子、夫妻，都不相看顧，任其自生自滅，缺乏道義。

辛公義想改變當地風俗，就把境內幾百名生病的百姓，都用床輿擔架抬到衙門。辛公義辦理政事時，就和這些病人坐在一起。（這要放到現代，相當於把省長辦公室，給百姓當養病的場所了。）

辛公義用自己的俸祿，給這些生病的百姓買藥，親自勸他們吃飯。（相當於，兒子不管爹，省長替人伺候爹。）等他們病好了，才叫其親屬接回家。他們的家屬、子孫，慚愧地道謝。從此，當地人都爭著善待生病的親人，父慈子愛，風氣變得向善了。

辛公義在擔任并州刺史期間，負責辦訴訟案，遇到應判監禁的，辛公義就睡在衙門的大廳上，不回家。有人勸他說：「您何故自苦啊。」他說：「百姓犯罪入獄，是我這個刺史無德的緣故。豈有把百姓關在牢獄裡，而心自安的呢？」犯罪的人聽說了，都自發地伏在地上，慚愧不已。因此，訴訟漸少，社會變得安定了。

當時山東發生霖雨，自陳汝到滄海，皆苦於水災。只有辛公義的境內，沒有受到天災的損害，境內的山裡還產出了黃金白銀，可謂富足。

辛公義敬天行善，修己愛民，做了高官，活到了八十九歲的高壽。

古代的官員把百姓犯罪，看作自己失德所致。這樣的好官，天災都給他讓路，國泰民富也就是自然的事了。

（來源《為政善報事類》元代「葉留」著）

（轉自明慧網）

Beasts and Locusts Stay Away When Government Officials Are Benevolent and Uncorrupted

Upright Official Protected

Sun Qian was the governor of Lingling District during the Tianjian Era (502–519 AD) of the Southern Liang Dynasty (502-557 AD).

Sun was a man of great virtue. He was upright, honest, and incorruptible. The people knew that he would not take bribes or accept gifts. And, since he did not own a house, he moved out of the government housing and stayed in a shed in the government compound when his term came to an end.

The region was overrun with wild animals before he was appointed governor of Lingling. When he took office, not a single dangerous wild animal could be found in the region. However, the minute he vacated his post as governor, the beasts reappeared and attacked the residents.

Sun Qian was eventually promoted to the highly respected position of "Glorious Grand Master," and lived to the age of 92.

This story shows that honest and upright officials are protected by Heaven, and even wild beasts will disappear from the regions under their influence.

Locust Dare Not Cause Harm

Lu Gong was the Magistrate of Zhongmu County during the Han Dynasty (202 BC – 220 AD). He was compassionate and ruled with benevolence. In turn, the people trusted him.During the 7th year of the Jianchu Era, the country's crops suffered from a locust infestation, with the exception being Zhong-mu County.

Yuan An, a senior official from Henan Province, doubted the stories he heard about Zhongmu County. So, he decided to send an investigator to the county.

On arrival, the investigator saw wild pheasants strolling around, with no fear of people, under the mulberry trees. The investigator asked a little boy standing next to the pheasants, "Why don't you catch a pheasant?" The boy replied, "Because these birds just had baby pheasants."

The investigator was amazed and said, "It is a miracle that Zhongmu County does not suffer from a locust infestation. It is also amazing that the children from this county have so much compassion for living beings."

Zhongmu County's farmers had a great harvest that year. Yuan reported Lu's good governance to the Emperor.

Showing that benevolence was important to the Han Dynasty, Lu Gong was promoted to "Grand Minister over the Masses" and lived to the age of 81.

When the County Magi-strate teaches people, including children, to be kind, won't the general moral standard rise? Won't it be followed by peace and prosperity?

為官仁善 災害絕跡

（一）借住在車棚的清官 野獸都不給他添麻煩

南北朝時，南梁的孫謙，不受百姓的饋贈，非常清廉。每次離職從官府搬出後，因沒有私宅，就只得借官府的空車棚居住。

天監六年，孫謙擔任零陵太守。之前，該郡多有猛獸，孫謙到此地上任後，傷人的野獸就絕跡了。孫謙離任的當夜，野獸就又出來害人了。

孫謙升官到「光祿大夫」的高位，活到了九十二歲的高壽。

可見，如此清官，必然得到上天的眷顧，連野獸都不忍心給他添麻煩啊！

（二）為官仁善蝗蟲不敢為害

漢朝的魯恭，為人仁慈，在肅宗時，擔任中牟的縣令，深受百姓愛戴。他用善德教化百姓，百姓信服。

建初七年，郡國蝗蟲傷害莊稼，不入中牟地界。

河南的長官袁安聽說了，懷疑蝗蟲不入中牟的事不實，派使者核查。

使者到了中牟地界，看到有野雞，從桑樹下悠閒地走過，一點不怕人，旁邊有兒童。使者說：「孩子，你為何不捕野雞呢？」兒童說：「因為這些野雞剛剛孵育了小雞。」

使者感嘆：「中牧縣沒有遭受蝗災，真是個奇蹟。更令人驚嘆的是，這個縣的孩子們對生靈如此仁慈。」

當年中牧縣的莊稼大豐收。袁安對皇帝上報了魯恭的善政。魯恭被升為司徒的官職，獲得了八十一歲的長壽福報。

當一個地方官把百姓教化的連小孩子都有仁心。一個人人都有仁心、道德標準很高的地區，怎麼會不平安、豐足呢？

（來源《為政善報事類》元代「葉留」著）

（轉自明慧網）

奇異星球的岩石雲

文 | 天羽

在距離地球近七百光年的宇宙之中，有一顆巨大的異世界行星。

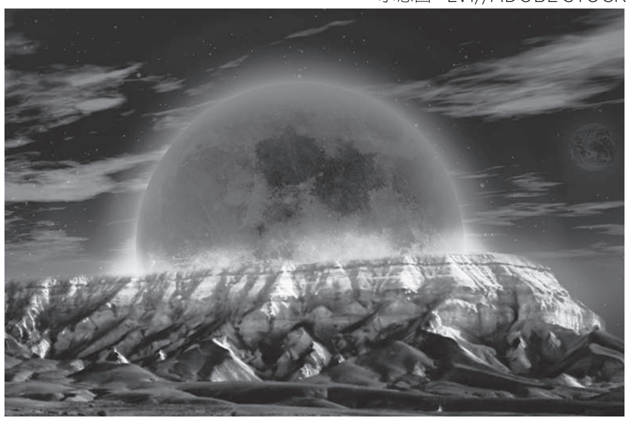
那裡的雲不是水氣形成的，而是由岩石構成，這些岩石雲每天都遵循著固定節奏出現與消失。

這顆神秘星球名為WASP-94A b，位於顯微鏡座方向，是一顆體型龐大的氣態巨行星。每當黑夜籠罩行星背面時，空氣逐漸冷卻。隨著氣流在大氣中流動，岩石礦物開始凝聚，形成層層堆疊的雲海。到了黎明時分，這些由礦物質構成的巨大雲團覆蓋大片天空。

但這片由岩石微粒構成、閃耀著異樣光澤的天空奇景不會持續太久，當雲層被高速氣流帶往朝向恆星的一側後，超過攝氏一千度的高溫熱浪，很快就將原本壯觀的岩石雲瓦解。它們或被拖向更深層的大氣，或是直接在高溫中蒸散消失。到了傍晚時刻，原本被雲海覆蓋的天空就變得異常晴朗，彷彿白天的一切從未存在過。

地球的雲來自水霧和冰晶，而這個星球的雲層，由硅酸鎂等礦物質組成，那是構成地球岩石的重要成分之一。它們黎明時聚集、黃昏時消失，日復一日、年復一年，不斷循環。

示意圖：LVI//ADOBE STOCK



▲星球的雲層，由硅酸鎂等礦物質組成，那是構成地球岩石的重要成分之一。

一個物理學家的靈魂轉變（下）

文 | 青蓮

一位牛津科學家，本不信「遙視」這種毫無科學根據的無稽之談，他抱著「打假」的態度，進入了一個「遙視」訓練課程。結果很意外，他把自己打了進去，也成為了一個遙視者。

有了這段奇遇後，大衛開始通過他的高維團隊，接收關於地球當下的狀態和關於人類未來的走向。

他說，我們人類正在經歷一場史無前例的「集體格式化」，源自天地之間更高維度的巨大能量，正清洗千萬年輪迴中積累的所有垃圾能量，地球也在隨著人類的進化而進化，這波宇宙巨浪將在6、7月達到頂峰。

他表述，遭遇「三重能量夾擊」的人類，反映出的最直觀表現就是，很多人會覺得特別累，情緒化嚴重，睡眠障礙，還伴隨著莫名的高頻耳鳴。大衛說，這不是人們生病了，或者抑鬱了，而是正在進行靈魂的「剝殼」：撕裂舊業力的DNA複印機，徹底告別千萬年的輪迴之苦。

高維團隊告訴他，地球並不是一塊死寂的岩石，它是一個活生生的、擁有極高智慧的生命體。在他的意識體驗中，高維團隊曾向他展示過地球的中心。那不是我們地理課本上畫的岩漿和地核，在能量的維度裡，地球的核心深邃得令人敬畏，它看起來，就像是一顆巨大的、耀眼的恆星。而此時此刻，這顆隱藏在地心的「恆星」，正在爆發出前所未有的脈衝波，推動地球揚升的同時，也帶著人類進行一場「共生演化」。

示意圖：KEVIN CARDEN/ADOBE STOCK

▲隨著能量的增強，人們成為了覺醒者，才能離苦得樂。

示意圖：3D MOTION/ADOBE STOCK

▲地球的核心像是一顆耀眼的恆星。

大衛形容，我們現在就像是被夾在一個巨大的「能量三明治」裡。從上方看：太陽耀斑頻繁爆發，宇宙高頻射線正穿透大氣層，如同暴雨般傾瀉而下。從下方看：地球核心那顆「生命恆星」，正在向地表發送著強大的震盪波。在內部看：你自己靈魂深處的「高我」，也在不斷地向外輻射，渴望破殼而出。而人類就像是一個習慣了黑暗和寂靜的舊容器，突然之間，上下左右同時湧入了億萬伏特的高頻電流，身體一定會產生劇烈的排異反應。

大衛說，在這個六月、七月，以及接下來的幾個月裡，這種能量波會一波接著一波地達到高潮。它不是為了毀滅人類，而是為了「強制沖刷」人類的靈魂，洗掉那些隱藏在人的細胞裡，甚至隱藏了無數個輪迴的「遠古垃圾」。

大衛提出了一個極其深刻的概念：你以為的「你」，其實根本不是真正的你。他說，我們每個人生來都是一個開放的能量體，像一張白紙，在成長的過程中，社會環境、家庭教育、創傷經歷，一層一層地給我們的靈魂穿上了厚厚的防護服。我們就活在由觀念和執著構成的外殼裡，就像是活在一座與外界沒有關聯的監獄裡，被徹底切斷了與宇宙源頭、與真實高我的聯繫。

大衛表示，這些由無數執念、觀念組成的「殼」，在能量層面都是活的，雖然它是一種很低的能量，但一旦被觸動，就會產生抗拒，帶來痛苦。這類執念、觀念越多，痛苦就越多，而且永無止境。更可怕的是，這種執念、創傷不僅是一生一世的，而是累生累世積累的，甚至是家族代代相傳的。它就像是一部「DNA複印機」，一代又一代，人的靈魂被一層又一層的「業力」覆蓋，早已經看不清原本的面貌了。

而這波宇宙能量波的到來，就是為了打破這台老舊的複印機。高頻的能量流，正在把那些深埋在「潛意識海溝」底部的創傷，連根拔起。那些我們死不放手的執念和創傷，正在被能量逼迫著往外湧，這就是人們感到無所適從的緣由。那我們在這樣一個劇烈動盪的「能量夾擊」中，如何才能減少痛苦？他的高維團隊告訴他，人類遇到任何事，總是習慣分析原因，找出外部因素，而不是看看是不是自己有一顆敏感的心被觸動了。這些「過度的介入」，會給舊創傷、舊執念這些負面能量注入新的生命力。而高級智慧生命是怎麼處理創傷的呢？答案是：「平和觀察者（Peaceful Observer）」。

當海底的海溝裡，那些被鎖鏈鎖住的遠古創傷開始向上翻湧時，當黑暗向你襲來時，不要去抵抗，也不要去分析。退後一步，在內心深處看著它，不評判、不歸類、不認同。

大衛說，當他學會了這門藝術後，奇跡發生了。以前需要幾個月才能走出來的陰霾，現在僅僅需要幾分鐘。「砰」的一聲，那個負面能量包就消散了，消失得無影無蹤。其實，這種說法與修煉界的秘寶「向內找」異曲同工。一個修煉者遇到任何事，從不單純歸結為外界因素的干擾，也不去看他人的錯，而是向內心審視，是靈魂深處的哪一個執念，讓自己產生了痛苦，從而認清那執念不是真正的自己，排除它、消滅它。當執念被一個一個的清除，覆蓋靈魂的厚重「業力」就一層一層削減，最終使人能夠連結宇宙的能量，達到「天人合一」的境界，這就是修煉的意義所在。

大衛說，他的高維團隊表示，人類長期以來都被禁錮在人自己的觀念裡面，就像是在一個緊閉的圓圈裡兜圈子。本質上，也只是在同一個業力循環裡打轉。而這些巨大的能量脈衝，正在徹底擊碎這個圓圈的外殼。很快，當人類達到一個集體的「臨界點」時，循環將不復存在。人類將步入一條完全開放的、充滿無限創造力的全新軌跡。

隨著能量的增強，人們身體裡那些沉睡的DNA將被喚醒，會突然獲得一種「內在的覺知」，而只有真正成為覺醒者，才能清楚明白。到那個時候，人類會擁有與生俱來的內在價值。這種價值不再建立在有多少存款、住多大的房子、別人如何評價自己，而僅僅是因為自己是世間獨一無二的存在。

合州迷案 ②

文 | 扁舟記

原來昨天晚上，老鞠忘了把驢棚的柵欄門關上。這動物夜裡看東西，可比人清楚多了。

這大黑驢先是瞧見老鞠打屋裡出來，轉眼就沒了，又看見向氏出來在街門口站著，這驢就自己溜溜噠噠的，往主人身邊靠，結果，差點嚇掉了女主人半條命。

但向氏這會兒也顧不上罵驢了，坐地上喘了兩口氣，趕緊摸索著，拉著牽驢的繮繩雙手一使勁，站立起來，跌跌撞撞的，往兒子和兒媳婦住的耳房走去。向氏拍拍門，叫起了兒子媳婦。兒子小鞠還迷糊著呢：「娘，您這是怎麼了？深更半夜的。」「兒呀，你爹他剛才連外衣都沒穿，就打開街門出去了，我叫了兩聲也沒反應，別是讓夢給魘住了吧，你快跟著去瞧瞧去。」「好嘞，您別著急。」

小鞠趕緊披上衣服就往出走，卻突然定在當場，然後小聲的說：「娘，您老別回頭，院子裡好像有髒東西！」

向氏趕緊說：「沒事，兒子，那是咱家那大黑驢，剛才差點沒嚇死我。你快去吧。」

小鞠轉身出了街門。剩下向氏和兒媳婦曹氏娘倆在家，趕緊的把房門的門閂別上，坐在床上，提心吊膽的手拉著手兒，等消息。戰戰兢兢等到天濛濛亮，小鞠也沒回來。娘倆心裡急得跟燒了熱油似的，實在等不住了，就準備自己出門去找人。

來到街門外，是一條大路分左右。朝左邊看，沒發現甚麼，朝右再一看，一眼就瞧見，離家幾十步遠的路旁邊，好像倒著兩個人。

娘倆趕緊趕過去，離近了一瞧，正是鞠家父子二人！兩人一橫一豎，倒在了血泊之中。身上的刀傷是怵目驚心，上前再一探鼻息，已然身亡。

婆媳二人淒厲的哭嚎，很快就驚動了左鄰右舍。震驚之餘，眾人有幫助報官的，有安慰遺孀的，還有幫著保護現場不被破壞的，亂成了一團。

案子報到了合州衙門，知州榮雨田頓時感到壓力山大。如此殘忍的謀殺案，還一次殺死兩個，這可真不是個小事！

中國古代，基層社會多是宗族自治，屬於熟人社會，道德和輿論監督的力量很強，人口流動性不高，百姓的人際關係和生活模式都比較簡單。

如果不是遇到王朝末年，戰爭、暴亂頻發，又或者是發生大規模的天災等特殊情況，發生人命大案的情況是很少的。這裡說的人命大案，是指殺人、放火，或者因盜搶等故意傷人致死的惡性案件。

一旦發生，就表明這個地區的官府，在教化百姓和安民利民等主要職責方面，出現了嚴重的失職，不僅是在地的州、縣官的失職，也會牽連到府和省這個層面的主官。（未完待續）

DAREDEMODAISUKI 114514/WIKI/CC BY-SA 4.0

▲合川城牆瑞映門

【本文轉自YouTube視頻公眾號「扁舟記」。掃描QR碼，精彩視頻等著您！】

▼歡迎關注

看中國
扁舟記

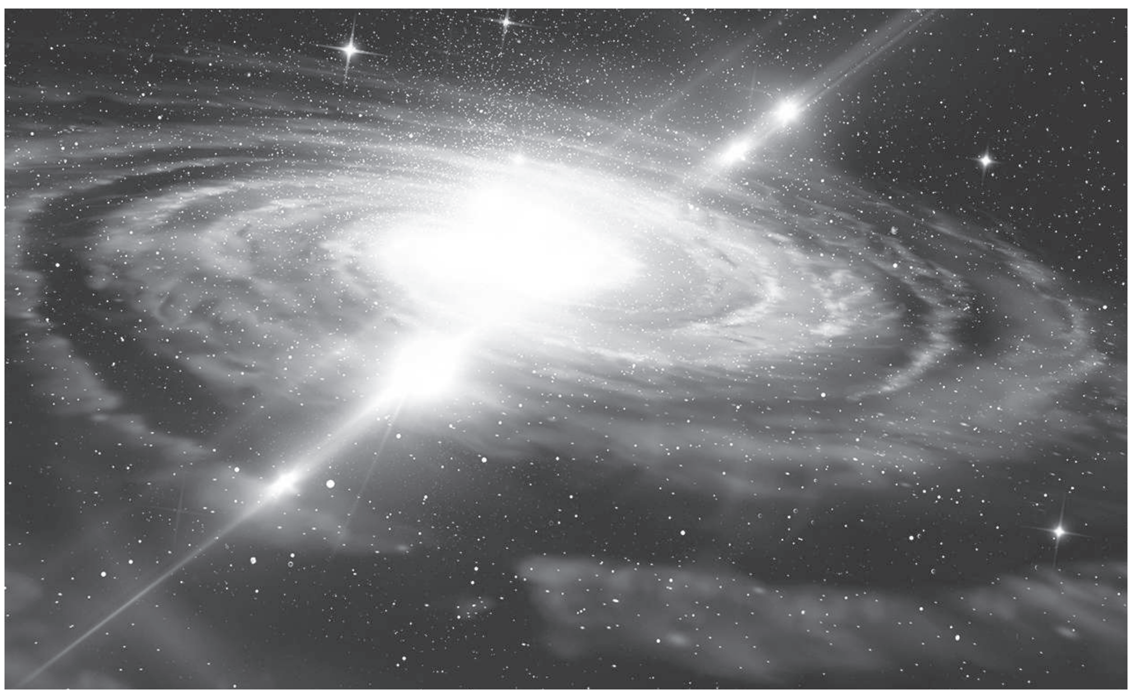
北歐預言家

揭開人類被降維的歷史！

文丨Edward文鳴

來自北歐、擁有數百萬粉絲的大V、知名通靈師李·哈里斯（Lee Harris），在最近的深度訪談中，清晰傳達了通靈信息：2026年下半年開始，人類巨大混亂即將到來！這混亂是甚麼樣子呢？哈里斯還講了很多災難背後的原因，值得我們深思探討。

示意圖：ROLFFIMAGES/ADOBE STOCK



▲哈里斯傳達通靈信息：2026年下半年，人類巨大混亂即將到來！

「Z集體」與前所未有的巨變預言

李·哈里斯有一種與生俱來能力，和銀河系更高時空的一群高級靈魂保持著溝通，他把這個高靈群體稱之為Z集體。李·哈里斯說，此刻，我們已經身處2026年6月，正站在人類歷史最關鍵的轉折點上。因為高靈Z集體明確指出：2026年下半年，顯著加劇的全球混亂，不是零星事件，而是多重危機同時爆發，讓沉睡中的人們徹底驚醒。2027年會更加動蕩，表面看似一切仍在掌控，實則底層已經開始崩塌。這混亂將徑直持續通往2030年，到2030年及以後，地球將迎來一場前所未有的巨變。

李·哈里斯預言，一個更加黑暗的計畫即將出現，一個試圖控制人類前進方向的企圖！那關係到人類是否會被奴役，以及人類是否會前所未有的覺醒？

但是，焦點不在預言本身，而是想隨著高靈去探討預言背後的內涵，以及我們人類在亂局之中應該如何從容應對。

讓我們在深入探討這些預言之前，先來搞清楚「Z集體意識」到底是甚麼，因為這是理解整個信息的關鍵。

李·哈里斯不是普通的靈性導師，他是全球知名的能量直覺師、通靈者、作家和音樂人。他從出生就帶著一個由88個高等能量體組成的集體意識——這就是「Z」。Z不是單一靈魂，而是一個龐大的銀河集體意識，他們自稱是「銀河意識的聲音」。李·哈里斯在6歲前就與他們有連接，後來在23歲時（倫敦地鐵上）重新激活了這種通靈能力。稱他們為「Z集體」。從2000年開始，他已公開通靈超過23年，出版了《與Z的對話》系列書籍，並通過每月能量更新、現場巡演和療癒專輯《神聖之火》影響全球數百萬覺醒者。Z不是外星人「降臨」，而是李·哈里斯靈魂旅程中固有的高等部分——甚至有觀點認為，他們可能源於哈里斯本人的更高未來自我。他們觀察地球已久，早在1萬多年前就參與了人類意識轉變的承諾。他們不是來「拯救」我們的，而是作為橋梁，幫助我們憶起自己本就是光體（light beings）。Z的信息總是中性、賦權、充滿愛與智慧，從不製造恐懼，而是直指真相，幫助我們從舊範式過渡到新範式。

公有領域

▲顓頊帝絕地天通，切斷了天地直接通道，從此人神分治。

回到天人合一狀態

「Z集體」特別指出：人類曾經擁有更廣闊、更深刻的意識狀態，後來被人為阻斷。

在遙遠的過去，人類並非像今天被教科書和主流敘事描述的那樣，只是「普通動物軀體裡的普通意識」。「Z集體」描述，那時的地球上，人類意識的發展曾經經歷過多個「黃金時期」——某些時節、某些地域，意識擴張得極其迅猛，比如中國古代三皇五帝時期，人神共處，半神半人的人類社會。人類的生理軀體原本就有能力承載更廣闊、更深刻的意識狀態：我們能夠更直接地連接銀河系信息、更高維度、內在全息現實，甚至實現生理進化的加速，這也正是令外星人對人體垂涎三尺的原因所在。那時的人們能自然地感受到靈魂的永恒、地球的活性能量，以及與其他存在（包括非物質層面）的聯結。這是一種理想的天人合一狀態，這種狀態讓人類本可以更快地進化成更高意識的物種。然而，這種自然發展被人為阻斷了。

「Z集體」解釋：在某些動蕩時期，由於地球頻率場不穩定，一些「別有用心的生物」出現了。他們把地球視為寶貴的資源、避難所和控制點。這些存在並非我們傳統意義上的人類，而是來自其他維度、其他星系的干擾者。他們看到地球是「感受之星」——人類獨特的心性能量在全宇宙都非常珍貴——於是採取行動，阻斷了人類意識的自然擴張。具體的阻斷方式包括：植入限制性的信仰系統、製造分裂，通過權力結構和控制手段把人類意識鎖定在低頻的「人性化」故事裡（即我們今天熟悉的「渺小、脆弱、必須服從權威」的敘事）。結果，本該加速進化的意識被強行「卡住」，人類被訓練成更容易分裂、更容易恐懼、更容易被控制的狀態。這就是Z所說的人為阻斷。

「Z集體」的這一描述，與中國古代神話中「顓頊絕天地通」的故事似乎驚人地相似！

在上古傳說裡（見《尚書·呂刑》和《國語·楚語》），在顓頊帝之前，人類處於「民神雜糅」的時代——人人可通神，家家為巫史，普通百姓能直接與天界、神靈、更高維度溝通，巫覡可上天下地，天地之間本有自由通路，意識如光般流動無阻。但少昊之衰、九黎亂德後，人類的德行開始衰落，對高層生命也會帶來不良影響；一些邪神也會下降擾亂人間。

為此顓頊帝命南正重「司天以屬神」、火正黎「司地以屬民」，也就是任命專門的官員（南正重）掌管天上事務，負責統屬天神。任命專門的官員（火正黎或北正黎）掌管地上事務，負責統屬和教化人間百姓。絕地天通，切斷了天地直接通道，從此人神分治、普通人無法自由登天，神靈也不再隨意降世，這樣人與神減少了相互干擾。

三股黑暗勢力

「Z集體」對「具體黑暗勢力」的描述——這部分信息非常厚重，也非常重要。「Z集體」明確指出：這並非單一的人類陰謀，也不是我們常說的「一個固定cabal（陰謀集團）」在控制一切。相反，地球上存在多個群體在爭奪控制權，他們為了不同的資源、不同的領域而相互競爭，甚至處於戰爭狀態。「Z集體」特別提到，目前有三個主要組織正在激烈角逐地球的掌控權。他們起初可能會結成短暫聯盟，但很快就會互相殘殺、內鬥加劇。那麼，這三個主要組織有名字嗎？Z直接說：「我們不會透露這些組織的名稱，所以請不要問。雖然不明智，但我們只能說，有三個組織正在爭奪地球的控制權。」他們之所以不給出名字，是因為這些信息如果被公開，會引發更多猜測、分裂和低頻能量，甚至可能被黑暗勢力利用來製造混亂。Z的目的是賦權，而不是讓我們陷入「獵巫」或陰謀論的漩渦。不過，Z詳細描述了這些組織的具體特徵，讓我們能用直覺去感知：

第一個特徵：它們並非純粹人類。部分勢力是混合體（hybrids），有些甚至被其他維度實體附身，導致它們這些施害者呈現出極度冷漠、無感情的非人狀態，就像愛潑斯坦檔案中那些冷血行徑的背後力量。

第二個特徵：它們各自針對地球不同的資源和領域展開爭奪。有的側重金融經濟與物質控制，通過債務、資源壟斷維持低頻生存恐懼；有的滲透科技監控與信息敘事，通過媒體、AI、數據網格把人類變成「系統裡的數字」；有的則深入宗教文化與心靈操縱，利用信仰分裂、仇恨循環來阻斷意識擴張。

第三個特徵：它們通過製造分裂和戰爭來維持控制，他們的終極目標是阻止人類團結與進化，把人類永遠鎖在舊模式裡。但Z保證：他們最終會自取滅亡。因為地球意識正在整體提升，他們的時間已經有限。這些組織現在正處於內部戰爭狀態，他們的瘋狂擴張，正是因為感受到威脅——越來越多的人在覺醒，在說「不！」。

通靈中，Z也探討了愛潑斯坦檔案背後的靈性意義。愛潑斯坦檔案揭露的恐怖真相——對兒童的系統性虐待、權力階層的冷漠、非人性的黑暗——讓無數人震驚到窒息。Z說，這不是孤立事件，而是地球黑暗面的一次重大曝光。它像一面巨大的鏡子，映照出那些試圖把人類變成「無靈魂棋子」的勢力的真實面目。靈性層面上，Z解釋：這些施害者內心充滿蔑視與黑暗，他們對整個人類的看法是極度冷漠的。性侵兒童的本質不是「性」，而是權力與虐待——他們試圖汲取受害者純真與光明的能量，因為他們自己早已與光明斷聯。有些施害者甚至不是完全人類，而是被實體附身或混合體，這解釋了他們為何能如此冷血、無感情地行事。中國演員于朦朧的遭遇，也是這種邪惡製造的。

愛潑斯坦檔案本不該公開——多股力量試圖壓制，但另一股更強大的力量突破阻礙，讓它浮出水面。這本身就是覺醒的信號。然而，Z警告：很多人被檔案「困住」了，只停留在震驚、憤怒或絕望裡，沒有跳出來問：「這到底意味著甚麼？」它的真正意義是——舊秩序正在崩塌，陰影必須被看見，才能被療癒。它喚醒我們內心未處理的創傷，同時提醒我們：這不是全人類的寫照，只是少數黑暗勢力的瘋狂。許多人前世可能參與過類似動態（業力循環），今生選擇回來成為揭露者或療癒者。

Z特別強調：不是每個人都需要深入研究這些檔案。有些人天生適合直面黑暗，成為報導者或倡導者；有些人則應保護自己的神經系統，避免過度沉浸。那樣只會加劇低頻。重要的是——用它作為跳板，覺醒到更大圖景：控制體系正在暴露，人類正在集體說「不」！

Z帶來的不是恐懼，而是清晰的導航。他們說：你們每個人至少在地球上轉世過一次，許多人多次轉世。你們選擇在這個時代回來，就是為了幫助開啟這場轉變。你們是光體，靈魂永恒，死亡只是離開肉身。而世間的無神論、進化論，要求人們過度認同肉體和物質世界，這正是邪惡黑暗勢力控制的手段。新聞裡幾乎不提「愛」，因為掌控者不想讓你覺醒到真正的力量。當有修煉者的群體去倡導、去踐行「真善忍」的時候，遭受到掌控者駭人聽聞的鎮壓和殘害。他們想讓你恐懼、分裂、崩潰。

但「Z集體」也給出具體行動指南：

創造你的時間線：你自己決定振動現實。練習感恩、臨在、對生命的敬畏。即使外在混亂，你也能活在更高時間線。療癒舊創傷：找治療師、摯友、正法修行者，坦誠表達感受。不要壓抑，也不要攻擊他人——批評他人道路就是「戰爭心態」。

守護喜悅：喜悅不是自私，而是力量源泉。李·哈里斯分享他50歲生日看到青少年照片時，突然心疼那個痛苦的自己——自愛就是不斷接納自己所有部分，包括曾經不愛的自己。

日常傳遞光：不需要建公社或寫書，只需在每一次對話中真實分享。五年後，那顆種子可能會在對方心中開花。

「Z集體」說：守護喜悅，成為它的守護者。你的生活意義不變——喚醒意識，成為意識本身。靈魂永恒，地球上存在一個我們大多數人從未真正活過的全息現實層面。覺醒後，你會放鬆過往的束縛，療癒創傷，放下那些曾經觸發痛苦的人和事。

不要害怕要來的動蕩，因為這却不是末日毀滅，而是意識層面的重生與升級！舊的控制體系將瓦解，新的更高振動時代將全面開啓。高靈群體Z反復強調：地球不會毀滅，人類也不會被徹底奴役，儘管某些勢力已經為此努力了很多年，現在還在瘋狂擴張。但他們的計畫注定失敗。因為我們——你和我——正在集體覺醒！

示意圖：SERGEY NIVENS/ADOBE STOCK

◀哈里斯預言到2030年及以後，地球將迎來一場前所未有的巨變。

示意圖：FOTOSLAZ/ADOBE STOCK

◀舊的控制體系將瓦解，新的更高振動時代將全面開啟。

人體知識

隱形的毒品危機：喪屍煙彈五個必知的真相

ALEXLMX/ADOBE STOCK

文丨蕭芳芳

「喪屍煙彈」，近年來更從身體上的失控，演變成毒駕交通事件的元凶之一。

依托咪酯（Etomidate），原本靜靜躺在手術室的藥架上，在麻醉科醫師嚴密監控下才會動用的短效鎮靜劑。然而這幾年，它被不肖分子換了件外衣，變換成水果口味的電子煙，一顆顆煙彈，開始悄悄流入街頭與校園。人們給它起了一個名字──「喪屍煙彈」，名字聽起來聳動，卻並非誇飾，真實描述發生在人體上的失控。

真相一：「喪屍」不只是形容詞 是真實慘況

依托咪酯混入電子煙吸食後會產生飄飄然、與世隔絕的迷幻「上頭」感，因而過去在港澳等地區被稱為「太空油」。依托咪酯只要吸入後數十秒，便開始作用，雖然效果短暫，但那段時間裡，身體會逐漸失控──肌肉不自主抽動（肌躍症）、意識混濁、動作失調，有人突然站不穩，有人直接倒地。那種介於清醒與昏沉之間的狀態，正是被形容成「喪屍」的原由，如果這段時間剛好在開車或騎車，代價可能是無法挽回的車禍悲劇。

真相二：它影響的不只是大腦 還有荷爾蒙

大多數人以為，毒品的傷害止於神經。依托咪酯卻更深入一層──它會抑制腎上腺皮質的功能，干擾皮質醇的生成。皮質醇是維持血壓、代謝與免疫平衡的荷爾蒙。低血壓、虛弱、噁心，乃至腎上腺功能不足的風險，可能在使用者毫無預警的情況下突然發生。

XIEFEI/ADOBE STOCK

▲水果口味電子煙悄悄流入街頭與校園，傷害青少年健康。

真相三：傷害不會因為停用而自動消失

急性的失控或許只有幾分鐘，但反覆使用留下的印記，往往更難抹去。部分個案長期使用者可能出現記憶力下降、反應遲緩、語言與社交能力的退化。身體方面則可能出體重驟降、營養失衡、皮膚狀況惡化。這種藥物雖然在體內代謝極快，但它對大腦和內分泌系統造成的傷害，恢復期卻因人而異。如果長期高劑量吸食，或購買到黑市中混有大麻、K他命、冰毒的「盲盒煙彈」，會對大腦神經細胞造成不可逆的毒害。這部分的受損在停藥後很難完全復原，最終造成智力、記憶力、反應力及專注力大幅退化。

真相四：水果口味 迷惑人的毒品偽裝

不肖業者深諳人心，他們將依托咪酯混入電子煙油，加上草莓、水蜜桃的香甜，讓它看起來像一款無害的潮流新品。這種設計，削弱了青少年的警覺心。部分使用者在短時間內便形成強烈的心理依賴，使用頻率急速攀升，換來的是健康與經濟的雙重耗損。如果家中出現帶有異常甜味或燒膠氣味的電子煙，若孩子開始迴避問題、用錢習慣忽然改變──這些細節，有可能是異常的警訊，值得留意。

真相五：這不是個案 是一股席捲而來的毒品海嘯

臺灣、香港，以及亞洲其他地區，依托咪酯濫用的案例正同步攀升。它的擴散並非偶然──短效卻強烈的作用、隱蔽的使用形式，加上電子煙文化的廣泛滲透，使它特別容易在年輕族群中找到缺口。

面對這樣的毒品海嘯，法律修訂加重刑責與源頭緝捕是必要的提防，毒品風險認知的建立與早期預防的介入，同樣不可或缺，甚至更難被取代。臺灣食品藥物管理署便曾示警，吸毒會造成生理及心理上的危害，因此切勿因好奇或抱著「一次不會怎樣」的心態，貿然嘗試來路不明的東西。食藥署提供「反毒防身5術」，包含：直接拒絕、遠離現場、轉移話題、自我解嘲、友誼勸服，同時也鼓勵大家提高警覺，注意身邊親友是否出現情緒焦躁、作息紊亂，或散發出刺鼻異味等用毒特徵。

康復之路 醫療與陪伴缺一不可

對於已經接觸或陷入依賴的人，及早尋求專業協助是最重要的一步。醫療評估可以協助處理神經與內分泌層面的影響，讓恢復有一個清晰的起點。而比起藥物與治療，往往更難替代的，是穩定的人際支持──家人的不離棄、學校的接納、社會資源的及時介入，那才是讓一個人真正走回來的力量。

保健常識

生活常見香味恐傷腎 醫師教你簡單護腎

文丨余筱琪整理

我們常說「聞香而來」，但一些讓人聞了放鬆、療癒的香味，背後可能藏著讓腎臟受不了的「健康陷阱」。

許多室內芳香劑會產生甲醛等有害物質，損害肝腎功能。▼

PIXEL-SHOT/ADOBE STOCK

其他與結腸癌相關的風險

腎臟專科醫師洪永祥在其社群平臺發表文章指出，許多人以為護腎只要控制鹽分、糖分攝取就足夠，卻忽略了生活環境中無所不在的「人工香味」，這些香味背後往往隱藏著有機揮發性化合物、塑化劑、定香劑，甚至PM2.5。若每天長時間近距離接觸，長期累積下來，對腎臟而言可能是一場不小的負擔。

以下為洪醫師列出的「傷腎排行榜」：

第5名：廉價香水香

約會或是參加聚會時，很多人喜歡噴點香水展現個人魅力。但若聞起來過於芳香，可要留心了。《環境研究》期刊發表的研究指出，部分市售香水為了讓香味更持久，會添加鄰苯二甲酸酯等塑化劑來達到「鎖住香味」的效果。當這類干擾內分泌的物質進入體內，最終代謝物需要經過尿液排出，長期下來容易造成腎小管損傷。

第4名：衣服的「洗香香」

你喜歡衣服洗完後好幾天都散發濃郁花香嗎？那種持久不散的味道，通常是依賴化學定香劑。《空氣質量、大氣與健康》的研究發現，烘乾機排出的香氣中，常被檢測出多種揮發性有毒物質。長期吸入這類人工香精，不僅會引發體內慢性發炎，更無形中加重腎臟的代謝負擔。

第3名：密閉空間的芳香劑

車內或廁所為了去味，常放置芳香劑，但這其實是毒素濃度最高的場域。美國加州大學柏克萊分校（UC Berkeley）研究證實，許多室內芳香劑含有「萜烯」，一旦與空氣中的臭氧結合，會產生甲醛等有害物質，長期暴露不僅會刺激呼吸道，更有明顯肝腎毒性。

第2名：線香與檀香

許多人認為天然木質的香氣最健康，但只要涉及「燃燒」過程，就會釋放高濃度的PM2.5、多環芳香烴與重金屬。這些微粒經由肺泡進入血液循環，會引發血管硬化，長期暴露下，間接導致腎功能退化。

第1名：廚房的油煙香

這是最溫馨，也最危險的香味。高溫爆炒、油炸產生的香氣，其實是油脂裂解的產物，富含多環芳香烴。這些物質不論是用吃的，或是透過呼吸道「吸入」，都會在體內引發嚴重的氧化壓力，是導致慢性腎臟病的隱形元凶。

醫師的安心護腎建議

看到這裡，大家或許會感到焦慮，難道生活就不能有香味了嗎？其實關鍵在於「通風」與「濃度」。洪醫師提醒大家，我們不需要因為這些隱憂而陷入恐慌，只要透過簡單的習慣調整，就能降低風險。

保持通風：無論是在室內使用香氛，或是烹飪時，確保空氣對流是最重要的步驟。

減法生活：煮飯、燒香時，務必全程開啟排油煙機或打開窗戶；洗滌衣物時，盡量選擇無香味配方，減少不必要的化學暴露。

生活中的健康，往往就藏在這些微小的細節裡。下次聞到香味時，記得先打開窗戶，保持通風，別讓這些讓你覺得舒服的味道，成為腎臟的無形負擔。

（本文經授權，摘編自洪永祥醫師FB）

中醫保健

夏日煩躁難眠？ 中醫揭「心火旺」背後原因

文丨葉慧昌
（葉慧昌中醫診所院長）

由於心火旺等「火氣大」的理論盛行於民間，所以夏天以青草茶來清解火氣，已成為傳統醫學的一大特色。

對於心火旺的人，要避免食用烤、炸、辣等刺激性食物。▼

NICOLE/ADOBE STOCK

人身上真的有那麼多的火氣嗎？其實質代表著甚麼意義？相信是一件有趣，而值得探討的問題。

心火旺的三大病理表現

心火旺原本是中國醫學中「證型」的特殊表現，是機體調節失常或疾病發展過程中，某一階段的病理概括。其病理變化可涉及以下幾個方面：

心火亢盛、擾亂心神：心神被擾、神志不安，多見心中煩熱、煩躁不眠，甚至躁動狂亂。

循經上炎：可見口苦唇熱、舌紅、口舌生瘡。

心熱下移小腸：泌別清濁功能失司，而小便澀痛，溺赤溺濁。

現代醫學看「心火」：神經與內分泌的連結

以現代醫學的觀念來探討，中醫「心」的功能，因能「藏神」，故與精神、意識、思維等高級中樞神經活動有關。心中煩熱、煩躁失眠、舌紅可以是炎症的表現，因侵及神經內分泌系統而造成；而維他命的缺乏亦足以使神經及皮下組織發生退化的炎症表現。口舌生瘡、心煩是外在的症狀，此皆體內有慢性炎症，或是體液的緩衝作用不足的緣故。

此外，自律神經的不平衡亦扮演重要的角色，亦即當交感、副交感神經的活動被破壞，難以再「自律」時，就容易心火旺。例如：熬夜失眠，原本晚上交感神經應該休息，卻被逼著繼續工作，為了應付體內生理需要，乃持續過度興奮，使體內代謝亢進、產熱增加，消耗大量水分，腎臟為保持水分，再吸收能力增加，尿量減少而呈溺赤、溺濁，濃縮尿液刺激尿道，導致小便澀痛。當然還有許多疾病，都會引起所謂「心火旺」的徵兆。

實證研究：陰虛火旺的生理指標

現代研究發現，各種疾病只要符合陰虛火旺者，其尿中兒茶酚胺會高於正常值，這就提示，陰虛火旺患者大多有交感──腎上腺髓質活動增強的傾向，而且在採用黃連等瀉心火藥物治療後，症狀及檢驗數據都會改善。另據報導，甲狀腺機能亢進病人陰虛火旺者，血漿cAMP含量會高於正常值，這又是另一有趣的研究發現。

如何正確「滅火」

克服心火旺的方法，是要養成規律的生活習慣；避免烤、炸、辣等刺激性食物；遇有病症發生，要及早就醫處理，而不是隨便喝些青草茶退火了事。至於許多中醫方藥，都有治病與保健功效，但必須根據個別體質，仔細加減。

（本文經作者授權刊載，轉載本文請取得作者同意）

廣告洽詢 | Advertising Inquiries: (212) 730-6963 | ad.ny@visiontimes.com

林間珍饈乖龍耳

它是千年林間珍饈 文學大家的餐中傳奇

徐 建亮/ADOBE STOCK

文丨小光

在煙雨濛濛的深山老林裡，我們總能看到在枯木的脊梁上，悄悄點綴出一朵朵半透明的黝黑小花。

YAMISHANDMADE/ADOBE STOCK

▲木耳脆爽鮮美，富有營養，是一份來自山林、傳承千年的鮮美記憶。

它們不似牡丹的國色天香，也不如靈芝那般身價百倍，卻憑藉著那一份獨特的脆爽與鮮美，在中國人的餐桌上存在了數千年。這就是被古人賦予了無數浪漫化名的「素中之葷」——木耳。

林間的「龍耳」與「樹雞」

說起食用菌，古人的舌尖似乎不比現代人來的遲鈍。早在戰國時期，《呂氏春秋》就讚美道：「味之美者，越駱之菌。」而木耳作為其中的佼佼者，更是被賦予了極高的地位。古人云：「世上何物為鮮？水之蕈，陸之蕈。」這話說得極其精闢，蕈菜的滑嫩與木耳的鮮爽，分別代表了水陸兩界的極致風味。

木耳在生物學上的身世其實相當有意思。它屬於真菌門、擔子菌綱、木耳目、木耳科、木耳屬。在這個家族中，雖然有十個不同的品種，但我們最熟悉的莫過於黑木耳。木耳的生長充滿了生命的張力，它的「子實體」——也就是我們食用的部分——特別喜歡潮濕的環境。每當大雨過後，山林間那些枯死的桑樹、榆樹、槐樹、棗樹、柳樹，便成了它們生長的溫床。更有趣的是，據說木耳最鍾情的寄生對象是接骨木。

正因為這種生長特性，古人對它的稱呼可謂五花八門，像是一部微縮的文化史。《本經》中平實地稱之為「木耳」，到了韓愈的筆下，它搖身一變成了「樹雞」。為甚麼叫樹雞？大概是因為它鮮嫩的口感與雞肉有幾分神似。

而在《本草綱目》裡，李時珍稱其為「木菌、木蛾」，這或許是觀察到了它如飛蛾羽翼般輕盈的形態。《藥性切用》稱之為「雲耳」，聽起來多了幾分仙氣；四川人則親切地喚它「耳子」。最有趣的莫過於《道城志》中稱之為「木蕊」，將這黝黑的菌類比作木頭開出的花蕊，浪漫至極。

文人筆下的「黑珍珠」

中國文人多半是資深的「吃貨」，木耳自然也逃不過他們的生花妙筆。

唐代大文豪韓愈曾收到道士寄來的木耳，欣喜之餘寫下了〈答道士寄樹雞〉：「煩君自入華陽洞，直割乖龍左耳來。」這聯想力簡直讓人佩服不已——在他眼中，這黑生生的木耳哪裡是菌類，分明是潛藏在深洞裡的巨龍，被割下的那隻左耳。這種豪邁與幽默，讓原本平淡的食物瞬間帶上了珍饈的色彩。

到了宋代，木耳更是成了蘇軾、黃庭堅這類美食家的心頭好。蘇東坡在詩中寫道：「黃崧養土羔，老槐生樹雞。」在他看來，老槐樹上長出的木耳與肥美的羔羊肉同等珍貴。而黃庭堅則在風雨之中，感嘆「薪者得樹雞，羹盂味南烹」，一碗木耳羹，便是足以慰藉風塵的南方美味。

最愛木耳的文人，恐怕非陸游莫屬。這位南宋的「素食推廣大使」在《陸游集》中大讚：「唐安薏米白如玉，漢嘉木耳脯美勝肉。」在他眼中，四川漢嘉的木耳乾肉厚質美，比真的肉還要好吃。他甚至將峨眉山的木耳與昂貴的丙穴魚並提，稱之為「玉食」，足見其對木耳的痴迷。

就連平日裡嚴肅的理學家朱熹，在面對盤中的木耳時，也寫下了溫柔的一筆。他的〈木耳〉詩云：「蔬腸久自安，異味非所誇，樹耳墨垂聃，登盤今亦乍。」他筆下的木耳狀如老者的垂耳，墨黑沉靜，雖然不是甚麼稀世珍味，卻能讓久食素餐的腸胃感到安寧與滿足。

歷朝歷代的文人墨客品嘗美味木耳的同時，留下了頌詠的詩篇。▼

公有領域

公有領域

古法烹飪與養生之道

木耳之所以能流傳千古，除了文人推崇，更因為它那無可取代的口感。北魏時期的《齊民要術》就詳細記錄了一種名為「木耳菹」的料理方法。

這道菜的做法在今天看來依然非常「潮」：取桑、榆、柳樹上剛長出的、質地軟濕的鮮木耳，放入沸水中煮五次。這個「五沸」的過程是為了去除腥汁。隨後將其放入冷水中洗淨，切成細絲。接著加入少許芫荽（香菜）和蔥白取其香氣，再用豆豉汁、清醬和醋調味，最後撒上薑末和椒末。這道菜「甚滑美」，聽起來就像是一道現代版的涼拌木耳，酸辣開胃，滑而不膩。

除了美味，木耳在古人心中還是一味良藥。由於它含有豐富的膠質、蛋白質以及鈣、磷、鉀、鐵等礦物質，特別是鐵的含量極高——因此被譽為「素中之血」。

宋代劉涓子的《鬼遺方》就記載了「木耳粥治痔」的神奇功效；明代《食物本草》更稱其「極驗」，意思是效果非常靈驗。民間流傳的諺語更是直白：「常飲紅棗木耳湯，貧血患者可健康。」這種食藥同源的智慧，讓木耳在民間家庭中扮演了「家庭醫生」的角色。

在現代營養學看來，木耳被稱為「人體的清道夫」。它所含有的植物膠質具有很強的吸附力，能將殘留在人體消化系統內的雜質集中吸附並排出體外。對於現代生活在都市煙塵中的我們來說，這簡直是大自然的饋贈。

木耳的一生，起於微末，生於朽木。它不需要肥沃的土壤，只要有一場甘露、一段枯枝，就能倔強地生長。它那半透明的質地，像是大山在雨後流下的淚滴，卻凝結成了最堅韌的口感。

無論是在高級餐廳的鮑魚海鮮羹裡當配角，還是在平常人家的涼拌菜裡當主角，木耳始終保持著它的本色：不與百花爭豔，只在齒間留下一抹清脆。正如朱熹所言，這份「異味」不需誇飾，因為它早已深入中國人的骨髓，成為了一種生活方式，一份來自山林、傳承千年的鮮美記憶。

經典涼拌酸辣木耳

這道菜還原了《齊民要術》中的精髓，是夏日或餐前的最佳選擇。

食材

黑木耳（乾）20克、洋蔥1/4個、香菜、大蒜、小米辣。

調味：生抽2匙、陳醋3匙、糖1小杓、鹽適量、香油少許。

作法

①木耳用溫水泡發開，摘去根部，撕成小朵。

②燒一鍋開水，將木耳放入焯燙2～3分鐘，撈出後立刻投入冰水中，這是保持爽脆的關鍵。

③洋蔥切絲，香菜切段，大蒜壓成泥，小米辣切圈。

④將調味料混合均勻，與瀝乾水的木耳、洋蔥、香菜混合，拌勻後放入冰箱冷藏15分鐘，風味更佳。

YAMISHANDMADE/ADOBE STOCK

PROMOLINK/ADOBE STOCK

木耳木樨肉

這是一道經典的北方家常菜，食材豐富，口感層次分明。

食材

豬里脊肉100克、黑木耳泡發後一小碗、雞蛋2個、黃瓜半根、胡蘿蔔少許。

調味：生抽、老抽、蠔油、料酒、澱粉、蔥薑末。

作法

①肉片切薄，用生抽、料酒、少許澱粉抓勻醃製10分鐘。

②雞蛋打散，下熱油鍋炒熟成塊後盛出備用。

③利用鍋底餘油，下蔥薑末爆香，放入肉片炒至變色。

④加入木耳、胡蘿蔔片翻炒均勻，噴入少許水防止乾鍋，蓋上鍋蓋燜1分鐘讓木耳熟透。

⑤放入黃瓜片（保持清脆）和炒好的雞蛋，加入1杓生抽、半杓蠔油、適量鹽調味。

⑥大火快炒均勻，待黃瓜略微變軟即可出鍋。

木耳：ZHANE LUK/ADOBE STOCK；香蕉：MAKS PEOPLENKO/ADOBE STOCK

餐桌小補帖

初夏飲食攻略

文丨山平

天氣漸趨炎熱，人體水分流失增加，此時適度補充水分，搭配富含膳食纖維與潤腸作用的食材，有助維持腸道通暢。

冬瓜味道清爽，富含水分，適合燉湯或煮粥。▼

PATPITCHAYA/ADOBE STOCK

潤腸飲食攻略

想要讓排便順暢，首先要建立正確的飲食習慣。

1. 每日補充足夠水分

天氣炎熱時，人體流失水分速度加快，建議少量多次飲水，避免等到口渴才喝。

2. 增加膳食纖維攝取

蔬菜、水果及全穀類中的纖維能吸收水分，增加糞便體積，促進腸道蠕動。

3. 避免過度辛辣與油炸食物

重口味飲食容易刺激腸胃，也可能加重痔瘡患者的不適感。

當季潤腸食材

夏季市場中有不少當令食材，兼具補水與膳食纖維優勢。

冬瓜：含水量高達九成以上，口感清爽，適合燉湯或煮粥，有助補充水分。

秋葵：富含水溶性膳食纖維與黏液質，能增加糞便柔軟度，屬於夏季相當理想的潤腸蔬菜。

木耳：無論是黑木耳或者白木耳，都含有豐富的多醣體與膳食纖維，有助於維持腸道的健康。

香蕉：成熟香蕉含有果膠與膳食纖維，適量食用有助於排便順暢。

地瓜：膳食纖維含量豐富，搭配充足飲水，更能發揮促進排便的效果。

動手做一做：冬瓜湯

料理美味特色：

這道湯很適合天氣熱或換季時喝，清淡但有營養，不會有負擔，算是很典型的家常養身湯。

冬瓜本身水分多、味道淡，煮久後會釋出自然的清甜，讓整鍋湯喝起來很乾淨、不油膩。雞肉在燉煮過程中慢慢釋出油脂與胺基酸，和冬瓜的清甜融合，不需要太多調味就有層次。

冬瓜湯

食材 冬瓜400g、雞腿600g、薑20g、水1500c.c.、鹽5g。

作法

①雞腿切塊，放入滾水中汆燙去血水後撈出備用。

②冬瓜去皮去籽，切成大塊；薑切片。

③鍋中加入水、雞腿與薑片，大火煮滾後轉小火。

④加入冬瓜，續煮約20分鐘至冬瓜透明軟化。

⑤最後加入鹽調味即可。

WINZBEAR/ADOBE STOCK